

第4章 計画の基本的な考え方

1. 基本理念

里山・里海の豊かな恵みを食卓に。自然と共生する農業・漁業と市民の生命（いのち）・生活（暮らし）が循環し、ともに支え、ともに高め合う姿をいすみの文化として継承します。

2. 基本目標

基本理念に基づき、いすみ市の食育によって市民が目指す姿を、基本目標として次のように定めます。

- (1) 市民の生命（いのち）と生活（暮らし）を支え、里山・里海の環境を守る、地元農林漁業者を応援します。
- (2) 食を支える人たちの営みを知ります。
- (3) 食が農業や漁業、大地や海と結びついていることを理解します。
- (4) 食品の品質や安全性を理解し、自ら適切な食を選びます。
- (5) 心身の健康のための食生活を組み立て、実践します。
- (6) 食を慈しみ、楽しみ、ありがたいと思う感性をもちます。

3. 施策の幹

目標達成に向けた「幹となる施策」を、次のとおり3本立てました。

① 持続可能な農林水産業と地域の食文化に根ざした食育

将来にわたって安全で新鮮、品質の高い農林水産物を安定的に供給するためには、地域の農林水産業を活性化し、地産地消を進めることが欠かせません。また、食に対する感謝を深めていくために、地域の農林水産業や食の循環に関する理解を深め、食が生命の循環によってもたらされ、多くの関係者によって支えられていることの実感をもつことが大切です。さらに、食を通じて持続的な社会を実現するために、食べものの生産はもとより食生活の面からも環境に配慮することが重要です。





② 次代を担う子どもたちへの食育

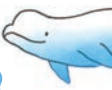
子どものうちに健全な食生活を確立することは、生涯にわたり健全な心身を培い、豊かな人間性を育み、他者や社会とのつながりを構築する基礎となるため極めて重要です。近年、子どもたちが食と関わる中心的な場である家庭の状況は大きく変化し、様々な問題が生じています。そのため、保育所（園）や学校がそれぞれの指針に基づき子どもたちへの食育をすすめるとともに、地域社会とも連携しながら子どもたちへの食育をすすめることが重要です。

③ 生涯にわたる食育

それぞれのライフステージごとに、その時期に獲得すべき知識や技術、五味五感、情動の伴った経験をして、一人ひとりに食育の担い手としての意識が醸成され、健全な食生活の習慣化を目指して、一人ひとりの生活形態にあった食育をすすめる生涯食育を目指します。高齢者が健康でいきいきと生活できるよう、生活の質に配慮しながら健全な食生活を確保することも重要です。



五穀豊穡と大漁を願い、古くからつづく「大原はだか祭り」



4. 数値目標

指標	現状値（令和3年）	目標値（令和9年）
産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ	71.4% (73.5%)	80% 以上

指標	現状値（令和3年）	目標値（令和9年）
環境に配慮して農林水産物・食品を選ぶ	62.2% (67.1%)	75% 以上

指標	現状値（令和3年）	目標値（令和9年）
学校給食でのいすみ産（有機）野菜使用率（*1）	11.9%	25%

（*1） 6月と11月の全日、8品目の重量ベースで積算

指標	現状値（令和3年）	目標値（令和9年）
食品の安全性について基礎的な知識を持ち自ら判断	69.5% (69.6%)	80% 以上

指標	現状値（令和3年）	目標値（令和9年）
朝食の欠食（小学5年生）	5.2% (5.1%*2)	0%
朝食の欠食（中学2年生）	6.8% (7.1%*2)	0%
朝食の欠食（20～30代）	23.9% (21.5%*3)	15% 以下

（*2）「全国学力・学習状況調査」 （*3）「食育に関する意識調査報告」

指標	現状値（令和3年）	目標値（令和9年）
日本型食生活の実践	64.2% (68.7%)	75% 以上

指標	現状値（令和3年）	目標値（令和9年）
生活習慣病に気をつけた（適性体重、減塩等）食生活	58.7% (64.3%)	75% 以上

指標	現状値（令和3年）	目標値（令和9年）
地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている	56.1% (50.4%)	60% 以上



「身土不二」という言葉をご存知ですか？

中島 デコ（マクロビオティック料理研究家・いすみ市在住）

身土不二とは、「身と土、二つにあらず」、つまり人間の身体と人間が暮らす土地は一体で、切っても切れない関係にあり、その土地で、その季節に採れたものをいただくと、健康のためにとっても良いですよ、という考え方です。私は、この言葉に高校生の時に出会いました。

「なるほど！小難しい栄養分析、カロリー計算がどうのより、この考え方で健康を保つ事ができるなら、シンプルでとってもいいかも！」と、自分なりに思い至ったのです。そこから、国産無添加の調味料を買い集め、オーガニックの玄米や野菜を取り寄せて、食べるようになります。

東京で結婚し、2人の時はまだ良かったのですが、子供が1人増え、2人増え、5人の子供を抱えると、エンゲル係数が大変な事になります。東京では何一つ収穫できず、全部地方から届くのですから当然です。しかも、目指していた「季節に採れたものをいただく」といっても、どれがどの季節に採れたものかさえ、スーパーの食品売り場ではわからないわけです。狭い場所で子供達を抱え、すっかり方向性を見失っている私がありました。

1998年のある日、友人が千葉県にある古民家にある古民家から見に行かないかと誘ってくれました。行ってみると、そこには、美しい里山があり、近くに海もあり、空が広くて日当たりが良い素晴らしい場所でした。それが、現在も住まわせていただいている、いすみ市のブラウズフィールドです。

いすみ市の産直の店には、朝採れた季節の野菜や果物が並んでいる。地元で採れた米もある。近所で育った鶏の卵もある。近海で獲った魚も、ジビエも手に入る。地元で採れる季節のものは安い、新鮮、美味しい、これこそが求めていた身土不二。目からウロコがホロホロと落ちるようでした。しかも、お金が無くても自分で作れば、無料です。稲、麦、大豆を作れば、主食の米、パンもうどんも作る事ができる。米糀や甘酒もできる。米と大豆で味噌ができる。麦と大豆で醤油もできる。採りきれないほどできる梅と柿で、梅干し、梅酢、柿酢もできる。季節ごとに花が咲き、実がなり、春には蓬やつくし、その他食べられる野草に溢れている。これがどれほど貴重で希少で大切なことかわかりますか。草も生えない場所に住んでいたからかもしれませんが、私は未だに草まで愛おしいです。

私たちが、なるべく身土不二を意識して、地元のもの、できればオーガニックで育てられた自然のものを選んだら、土地も汚れず、ひいては川も海もさらに綺麗になります。オーガニックで美しくなりたいいすみ市には、若くて自然が好きで移住者が増えるでしょう。過疎化がストップし、子供の笑い声がそこそこに響くようになり、みんな健康で、土を耕し加工することで仕事も増え、助け合う仲間が増え、これが幸せでなくて他にどんな幸せがありますか。

何もないと思われがちないすみ市ですが、何もないからこそ、自然が豊かで美しく、一番大事な大地がそこにあります。耕作放棄地や太陽光パネルが周りに増えていくのを見ると、とても心が痛むのです。私たちに、次世代に美しい里山を、川を、海を残す責任があります。

「身土不二」的生活。遠くから食材を運ばないし、外資に大切なお金を流さなくて済むので、実は、CO2対策や地元の経済対策にもなるのです。

ほんの少しずつでも良いです。みんなで「身土不二」を意識して生活できたら、未来が明るくなると、私は本気で思っています。

