

研究ノート

行政主導による成人を対象とした食育活動の実態と課題 —兵庫県三田市の食生活改善推進員の取り組みを中心に—

縄手 望未 (奈良女子大学大学院人間文化総合科学研究科)

1. はじめに

個人、家族の食事の状況は、しばしば社会の映し鏡として取りざたされてきた。糖尿病等の生活習慣病と呼ばれる身体的病理をはじめ、いじめや不登校、犯罪事件の増加が食生活の乱れに起因しているという指摘もある。我が国においては、このような社会問題が食生活の変化によって生じるものとして認識され、その対応策として食育が推進されてきた。

食育は、1970 年代以降の食と健康に対する社会的関心の高まりを背景に登場する言葉である。2005 年には、食育について基本理念を明らかにしてその方向性を示し、国、地方公共団体及び国民の食育の推進に関する取り組みを総合的かつ計画的に推進するため、食育基本法が制定された（食育基本法前文）。

農林水産省は食育を、「生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けられるとともに、様々な経験を通じて、『食』に関する知識と『食』を選択する力を習得し、健全な食生活を実現することができる人間を育てるもの」と定義している（農林水産省 2018）。食育基本法では、「家庭、学校、保育所、地域等を中心に、国民運動として、食育に取り組んでいくことが、我々に課せられている課題である」とされ、「食育はあらゆる世代の国民に必要なものであるが、子どもたちに対する食育が、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性をはぐくんでいく基礎となるものである」（食育基本法前文）と位置づけられている。このことから食育は、保育施設や学校等の教育機関をはじめ、主に小学生以下の子どもたちを対象とした普及を声高に呼びかけられるとともに、教育の一環としてのみ注目されてきた¹背景があり、先行研究においても中等教育以下を研究対象としたものが多い。

確かに、高泉（2019）の研究にみられるように、子どもの頃の家庭における特定の食教育が、成人期の食生活リテラシーを形成する要因になっている可能性が示唆されており、子どもに対する食育普及活動及びその方法を検討することは重要であると考えられる。しかし、子どもの主要な養育環境である家庭において、食育を提供する主体となるのは親等の成人であることから、成人への食育普及活動についても着目する必要があるといえる。成人への食育については、武見（2002）の研究があり、基本的に主観的健康観が高く、身体所見があっても本人の認識は乏しい 20～40 歳代の若年成人を対象として、栄養・食教育を有効に進めるための新しい枠組みでの診断及び評価の指標を考察している。一方、現代社会において成人への食育活動がどのように取り組まれ、社会にどのような影響を及ぼしうるのかについては言及されていない。

食育基本法では、食育を推進する場として、家庭、学校、保育所等に加え地域があげられている。同法第3章、第21条では、「国及び地方公共団体は、地域において食育に関する普及並びに啓発活動の推進等を講ずるもの」とされており、学校や保育所等と比較して幅広い年齢層に食育の機会を提供する場であると考えられるため、地域における食育推進活動に着目することは重要であるといえる。地域における食育推進の担い手のひとつとして、食生活改善推進員会（以下、食改）及び食生活改善推進員（以下、食改員）の活動があげられる。鈴木（2012）によると、食改は、地域住民の食生活改善及び健康づくりのための地区組織であり、戦後緊急の課題であった国民の栄養改善対策に地区組織の活動が必要とされたことで、厚生省はじめ地方自治体による養成・組織化が進められてきた。食改の活動は、国民の食生活改善に寄与したと高評価を受け、近年においては地域の食育推進運動の中核的役割を担い、積極的に活動することが期待されているという。

また、2000年代は、食の選択肢が大幅に増加するとともに、食のリスクが様々な形で顕在化した時代であり（畑中 2018）、食の安心安全、健康リスクへの関心が高まった。そして、メディアや行政によって「科学的正しさ」²を根拠とした健康食品が作りだされ、消費が推進されていくこととなる（柄本 2016）。食と健康が、科学によって結び付けられ、「科学的正しさ」をまとった食を選択することが、健康を実現させる方法であることが示された。さらに、食育基本法を批判的に検討した池上（2008）は、食育の目標として健康や生命等誰もが否定しがたい、魅力ある追求価値が多数あげられていること、そして健康や美しい身体を希求することは、「日本の伝統文化」や「豊かな自然」によって生み出されたものであり、それを追求することが「日本人」であり、「国民」の真意であると認識させられていることに警鐘を鳴らしている。つまり健康を目指す食育目標は、実際は科学に根拠づけられた食を選択、実践することによって実現されているにもかかわらず、食育基本法を公布した行政は、環境と調和した健全な営みのたまものであると位置づけていると考えられるという。以上から、食育基本法に基づいて展開される行政主導の食育普及活動について、その実態や社会に及ぼしうる影響を検討する必要があると考えられる。

行政機関による関わりが食改員や地区組織活動に及ぼす影響については、先述した鈴木（2012）の研究がある。これによると、食改員を養成する講座を開催している市町村の職員は、「食改が主体性や広がりを持って活動できるような支援が必要だと考えている」ということと、「食改が地区組織としてより地域に目を向けた主体的な活動をおこなうことを期待している」ことが明らかとなっている。また同研究においては、食改員は講座を受講することにより知識や技術を習得するだけでなく、地区組織活動を担う推進員としての基盤や仲間意識を培っていることが推測され、市町村が講座を開催することの有効性と重要性が確認されたと述べられている。しかし、行政機関による関わりが、食改員及び食改員が地域において展開する食育普及活動に及ぼしうる影響については深く言及されていない。さらに、食改員を養成する講座では実際にどのような教育がおこなわれているのかといった実態把握も十分になされていない。

そこで本研究では、兵庫県が食生活改善推進協議会に対しておこなっている食改員を養成する講座と、兵庫県三田市の食生活改善推進協議会（三田いずみ会）がおこなう食育推進活動を対象に、その実態を明らかにしたうえで、行政主導による成人を対象とした食育推進活

動の実態と課題を考察することを目的とする。

なお、食改員の特徴として、国が推奨する食育を、具体的かつ市民にわかりやすい形で普及していることがあげられる。また、食改員は 18 歳以上であれば誰もが参加可能なボランティアであることから、市町村が開催する食改員の養成を担う講座は、行政主導による成人を対象とした食育普及の場となっていることが考えられる。したがって、食改員養成講座及び食改員の食育推進活動を調査対象とすることにより、地域社会において、行政主導による成人への食育がどのように推進されているのかという実態を把握するとともに、その役割や課題についても考察することができると考えられる。

2. 調査対象の概要

2.1 食生活改善推進員とは

食改員とは、家庭の食卓を充実させ、地域の健康づくりをおこなうことを目的とし、「食生活を改善する人」を意味する。「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、食を通した健康づくりのボランティアとして活動しており、現在の会員数は 121,232 人（日本食生活協会 2020 年度活動状況）、全国 1,301 市町村（2020 年 4 月現在）に協議会組織を持つ（農林水産省 2021）。

表 1 は食改員グループの変遷について示したものである。第二次世界大戦後から、各都道府県において保健所を中心に「栄養教室」が開催されるようになる。その中で意欲的な主婦のグループが誕生し、1949 年には全国で 2,610 団体の生活改善グループ、生活改良普及員のグループが結成され、16 万 1,503 人のメンバーへと発展した。各グループでは、衣・食・住・家庭管理、保健衛生等生活全般の問題に関する取り組み（料理講習会、生活実態調査、家事軽減のための具体的方策の考察と実施等）がおこなわれている。

このようなグループが出現したことにより、当時の緊急課題であった国民の栄養改善対策において、行政施策と同時に食生活改善地区組織活動の重要性が認識され、厚生省が中心となってその育成を推進した。1959 年には、「栄養及び食生活改善実践地区組織の育成について」を通知し、この通知を受けた各都道府県及び政令市が食生活改善普及員（現在の食生活改善推進員）の教育と組織化を進めた結果、1970 年には 14 県 1 市、会員数 2 万人の全国協議会が設立する。これを契機に、全国の市町村及び県単位の協議会の組織化が進められる（鈴木 2012：5）。1988 年には、食改員養成事業が予算化され、国の補助事業となる。その後 1997 年には、地域保健法の施行とともに、食改員の養成も含む「婦人の健康づくり推進事業」が一般財源化し、地方交付税に組み込まれたため、それまで保健所で実施されていた推進員の教育事業や地区組織活動支援は、市町村が担うこととなった。現在市町村がおこなっている支援は、講座の開催による推進員の養成教育、食生活改善推進員協議会（以下、食改）の組織運営に対する支援である³。そして、2005 年「食育基本法」施行に伴い「食育アドバイザー」を併名し、現在に至っている（『食生活改善推進員教育テキスト』及び鈴木 2012）。このことから、食改員の特徴として、厚生労働省（以下、厚労省）をはじめ地方自治体の指導や支援を受ける機会が多く、行政施策と連携した活動をおこなっており、また国が推奨す

る食育を具体的かつ市民にもわかりやすい形で普及している団体であることがあげられる。

現在の推進員の要件は、①地区組織活動に必要な教育を受ける、②食生活改善地区組織活動の趣旨に賛同する、③自主的に市町村の食改に入会することである。①の要件に大きく関わる食改員の養成教育（現在の講座）の内容等は、国の施策に合わせて変化している。1959年の手引きは、栄養改善中心の専門的な教育内容が盛り込まれた、地域の指導者養成のための教育内容である。1983年からは、婦人の健康づくり推進事業・食生活改善推進員教育事業実施要綱と財団法人日本食生活協会が刊行した『食生活改善推進員教育テキスト』により、都道府県の指導のもと、市町村が標準化された講座を開催するようになる。教育内容は健康づくり全般にわたり、地域住民がおこなう健康づくり活動の推進役の養成のための教育となっている。その後、開催する市町村及び受講する住民の負担を軽減するべく、2007年には教育時間数の縮小、2011年からはポイント制⁴が導入されることとなった。また講座の開催は市町村の判断にゆだねられているため、現在では、開催する市町村はそう多くはなく、開催方法も多様化してきている（鈴木 2012：6-7）。

現代社会における食改員の役割について、『食生活改善推進員テキスト』の中では、大きく分けて2つあると記載されている。1つは、「生活習慣病の増加が大きな問題」となる社会背景をふまえ、その原因は「日頃の食生活に深い関係がある」とし、「バランスのとれた食生活の定着を目的」に「自主的な活動」と「行政への支援活動」を両側面から進めることである。そして2つめは、「地域ぐるみ」で「よりよい食習慣づくり」をおこなうことである。この際、一人一人の食改員が「家族」や「お隣さん、お向かいさんへ」と働きかけ、「お互いの交流を深め、問題解決に向かって協力し合い、人と人とのつながりの輪が広がっていく」ことにより住みよい健康で文化的な街づくりをめざし、自分の住む地域に愛情と誇りや「わがふるさと」という意識を持ち、活動を進めることが求められる（日本食生活協会 2018：12）とされる。

また、食改員を統括する地方自治体の担当者の中には、食改員の必要性はヘルスプロモーションと介護予防の観点にあると考えている人もいる（2019年5月時、兵庫県宝塚健康福祉事務所所長K氏の発言）。ヘルスプロモーションとは、望ましい健康を得るために生活習慣、生活様式を変えようとする人々を支援することであり、なんらかの疾患を抱える個人が気軽に相談でき、なおかつ正しい知識をもっている人材ができる限り身近にいることが重要になる。こうした健康習慣を支えるための地域環境を整えるという観点から、食改員は必要であると考えられている。

2.2 調査地及び「三田いずみ会」の概要

本研究では、兵庫県三田いずみ会及びいずみ会リーダー養成講座を調査対象とする。三田市は、面積 210,32km²、人口数 112,373 人、世帯数 46,233 世帯を有する市であり（2019年4月1日時点）、北は篠山市、南は神戸市、西は加東市及び三木市、東は猪名川町及び宝塚市と隣接し、大阪市からは北西に約 35kmの場所に位置している。

この地域では、里山に囲まれた自然豊かな環境を利用し、農業を中心とした暮らしが営まれていたが、1980年以降は交通インフラが整備されたことにより大阪や神戸市の郊外都市としての側面が強まった。人口の増加に対応できるだけのインフラ整備がなされると、1987

年からの 10 年間における市町村別人口増加率で日本一を記録する等、三田市は急速に都市化しニュータウンも建設された。

こうした都市化に伴い、ニュータウンの新住民と田園部の旧住民の共生を図るべく、農家の営農と生活を支援する農業協同組合（以下、農協）や市の農政課（2007 年時、農業振興課）が主導となって食育に関する取り組みが実施されてきた背景があり（岩崎 2007）、現在も様々な活動がおこなわれている。このことから三田市は、地域における食育推進活動において先進的な取り組みがなされていたと考えられる。以上の理由から本研究の対象を兵庫県三田いずみ会（以下、「三田いずみ会」）及び「いずみ会リーダー養成講座」（以下、講座）に設定した。「いずみ会」とは、全国食生活改善推進員協議会の愛称であり、兵庫県のみが使用している。兵庫県いずみ会活動の目的は、「食生活改善活動を中心とした健康づくり全般についての意識啓発ボランティア活動を、行政や関係団体と協働して、自主的かつ組織的に行い、家族から地域住民にいたるまでの、県民の健康増進を図る」ことである。本組織はいずみ会員及びいずみ会リーダーによって構成される。いずみ会員とは、「いずみ会活動の目的に賛同し、いずみ会リーダーと協力して組織活動ができる人」であり、いずみ会リーダーとは、「いずみ会員であって、健康福祉事務所等が企画・実施する『いずみ会リーダー養成講座』を修了し、健康づくりのための組織活動をするのに必要な基礎知識を身につけ、グループリーダーとして活動できる人」と定義されている（2019 年 9 月時、N 氏提供資料「2019 年度兵庫県いずみ会活動について」）。兵庫県三田市を拠点に活動する「三田いずみ会」の会員数は、調査時（2019 年 9 月時）において 90 名となっており、平均年齢は 70 歳前後で、最年少の会員は 40 歳前後である。男性会員は 1 名であり、ほとんどが女性会員となっている。また、会員の半数はいずみ会リーダーで構成されている。

本研究で使用するデータは、食改員及び講座参加者へのインタビュー調査（表 3）と、食改員が実施する講習会及び講座での参与観察（表 4）によって得られたものである。

3. 行政による成人を対象とした食育活動の実態

3.1 食改員の活動

(1) 活動内容

食改員らの主な活動は、料理教室の開催である。「三田いずみ会」会長（インタビュー当時）N 氏（70 歳）は、料理教室を開催する思いについて、以下のように述べている。「料理の提案をして、もっとお野菜（大豆製品、お魚）を摂りましょう、あるいは地産地消とか、そういういろんなものを料理に込めて、そのお料理で伝えていくと、単なる講座じゃなくて」（N 氏の「単なる講座じゃなくて」という発言は、座学を伴う講義形式ではなく、食育に関連するテーマに沿って考案されたレシピに基づき、参加者自らが調理・試食をおこなう形式をとることで、より主体的・実践的な食生活改善の取組みにつなげようという意図が込められていると解釈できる）、「お料理を通して、そうして皆にこういう食生活をしましょうという提案をしていくこと、それが本来のねらい」。

三田いずみ会の料理教室の活動は、①親子、男性、働き世代、高齢者等が抱える食に関す

る問題や悩みを解決するための世代別問題解決型、②郷土料理（おせち料理）、地産地消等を伝承することを目的とした伝承型、③生涯カレッジ、サロン（地域の高齢者を対象としたクラブ活動）での料理クラブの主催、④地元の高校の家庭科クラブでの料理教室等、自治体や関係団体との協働活動、⑤月に一度開催される会員研修（以下、研修会）の5つに大別される。これらの取り組みについては、兵庫県から年間の取り組み課題が与えられる他、農林水産省、日本食生活協会等から様々なテーマでの料理教室実施依頼を受け、各自（学校・サロン・一般公募等）に割り振り開催し、事業終了後に報告書をまとめて提出することとなっている。

このうち、①の取り組み例として、市販の惣菜を活用した料理教室があげられる。この教室は、買って来た惣菜をそのまま食卓へ出すことへの「罪悪感」が軽減されるため、好評とのである。そしてこの「罪悪感」は、市販の惣菜が持つ、栄養の偏り（食事のバランスがとれなくなること）と食材の不可視化という側面から生じていると考えられる。N氏が特に注目しているのは、市販惣菜が時間経過後も一定の味を保つために使用された大量の食塩である。N氏は「仕上がったものも売っていますが、だいたい味が濃いですね。でも、お家ですると味がコントロールできますよね」と、食塩の過剰摂取がもたらす健康への影響について気をつける必要性を語った。「三田いずみ会」での市販惣菜を使用した料理教室では、冷凍から揚げやサラダチキンが活用されており、これらは、家庭で「手作り」する場合、下準備や揚げる等の調理に時間と手間がかかるものの、それ単品では栄養のバランスが偏ってしまう惣菜である。そこで、こうした惣菜を購入し、家庭で野菜や海藻を足して食卓に並べるというように、ひと手間加えることを奨励する。こうして、時間と手間を削減し、栄養バランスを考慮したうえで、摂取する食塩の軽減と食材の可視化をある程度成し遂げることができるのである。

(2) 献立のつくられ方

料理教室では、食改員らが考案したレシピをもとに調理し、試食をおこなう形態がとられている。レシピは、リーダーによって構成される2～3人の少人数グループによって決められる。毎月の研修会では、メニューを検討する際、あらかじめ設定されたテーマを満たすよう求められる(表2)。テーマの特徴として、表2に示すように食材を特定するのではなく、「健康長寿の和食に繋がる」、「夏バテ・低栄養予防に たんぱく質をしっかり!」、「冬野菜たっぷり からだポカポカ」(「三田いずみ会」令和2年度研修スケジュール予測)等、その食材を摂取すると私たちの身体にどのような影響があるのかといった効用が強調されている場合が多いことがわかる。ここで料理教室参加者は、食がいかに関わらず自分の健康とつながっているのかということを意識させられる。

次に、献立の内容設定である。会が主催する料理教室では、基本的に主食、主菜、副菜2～3種からなる、いわゆる「一汁三菜」のメニューが提案される。これは、農林水産省と厚生労働省が提唱する「食事バランスガイド」に基づき、一日に必要な栄養素を朝昼晩の3食で補うための目安となる食事の「型」である。まず、リーダーはこれを念頭に大まかなメニューを決定する(図1)。次に、その料理を作る際に必要な材料と、その基本的な質量をすべて書き出す。リーダーは、日本食生活協会が作成した「食品栄養成分表」をもとに、それらの

栄養量や食塩相当量を算出し、それぞれ足しあわせる。それを食べる人数で割り、一人当たりの栄養量と食塩相当量を導き出す (図 2)。最後に、厚労省が定める日本人の食事摂取基準の栄養量と照らしあわせ、材料の使用量や食材の変更、調整をおこなう (図 1 及び図 3)。

このことから、料理教室では、日本食生活協会が作成した栄養成分表を活用し、厚労省が定める日本人の食事摂取基準に合わせ、栄養学的根拠に基づいた献立が推奨されていることがわかる。

(3) 研修会

筆者が参与観察を実施したある研修会のテーマは、「手早く バランス朝御飯」であった。そのメニューを表 5 に示す (参加者内訳: 合計 23 人、男性 1 人、女性 22 人、内 3 名がリーダー)。これによると、「三田いずみ会」の料理教室で扱われる献立は、上記の手法でリーダーが設定したものであるため、①「一汁三菜」という形態がとられる、②食材の栄養素に着目し、栄養量に換算して捉える傾向がある、という特徴がみられる。

10 年以上研修会に通っているという 60～70 代と推定される女性は、「朝からこんなに作ってられへんわなあ。朝は、味噌汁とごはんとか納豆とか温泉卵とか冷蔵庫から出してちょっと食べるくらい」と話す。このように朝食においては、食事に時間をかけられない場合や、寝起き直後で食欲がわからないといった場合もあるが、料理教室では「一汁三菜」という型が堅持されている。しかし、料理教室の参加者であるいずみ会の会員であっても、実際に表 5 で示したような朝食メニューを日常生活において実現することは難しく、あくまでも「理想」の食事に過ぎないと受けとめられている。

そして研修会では、献立をたてる際、使用する食材の栄養素に着目し、炭水化物、脂質、食塩相当量やカロリー等の栄養量に換算される。また、テーマによって定められた内容に合わせてこれらの栄養を補うために、食材の変更や増減をおこなう。さらに、会で配布されるレシピには、その日の料理のカロリーと食塩相当量、たんぱく質、脂質、カリウム、カルシウム量が記載されるため、参加者はそれらを確認することができるようになっている。参加者の感想について、N 氏は、「いずみ会の (料理) はちょっとしょぼいな。とかそういう方がいらっしゃる」という。この発言に対して、N 氏は、「(健康志向の料理が主になるので) 人によってはね、もっとがっつりとお肉とかそういうごちそうがしたいとか、お菓子の作り方を教えてほしいとか。また、減塩料理が多くなるので、どうしてもそういう人が出てくる」と話した。

(4) 食改員 N 氏

では、料理教室を主催する食改員は、どのような理念を持って活動をおこなっているのか。「三田いずみ会」会長の N 氏へのインタビュー結果をもとにみていきたい。

N 氏は、京都府京丹後市出身である。幼少期は両親、兄と妹との 5 人暮らし。家族は兼業農家を営んでおり、母は副業として丹後ちりめんを織っていた。母は、織物の行商に出かけることも多かったため、N 氏が家で賄を担当するようになる。そこで、「きれいなおいしそうな料理を作れるようになりたいなあ」と考えたことから、料理に興味を持つ。高校卒業後、天王寺で学校給食に卸す加工食品 (麺類等) の製造をしながら調理師免許を取得。4 年後、

より本格的に食に携わる仕事がしたいと考え、栄養士の専門学校に2年間通う。1人暮らしであったことや、学費を捻出するために食生活がおろそかとなり、体重が10キロ以上激減。帯状疱疹ができ、発熱する。ひと夏はその痕が消えなかったという。

その経験から、食生活の大切さをあらためて実感する。管理栄養士の資格を取得し、卒業後、26歳で病院に勤務し30歳で結婚した。結婚後も仕事を続ける気でいたが、姑に育児に専念するようにいわれ、専業主婦になる。2人の息子と娘1人を育て、親の介護も担った。特に介護中は、食事に気を配ったという。消化機能が弱っていく中でも、食べられるもの、飲み込めるものを用意するが、どうしてもどろどろとした形状の食事になる。「自分自身が年いっていても、食事はこうあるべきものというのがある」ため、介護食作りは難しかったようだ。現在は、夫と2人暮らしである。「三田いずみ会」に参加しようと思ったきっかけは、介護を終え、自分の知識を生かした活動をもう一度やってみたいと考えたことからである。

普段の食生活において、栄養量計算や食塩相当量の計算はあえておこなわないという。会では、確認のため計算をするが、実生活では栄養素ではなく、食品群で食べるものを考え、あくまで食品の多様性を重視するそうだ。そして、約3日単位で食品群にそって食品をバランスよく摂取すればよいと語る。さらに、塩分が多く含まれることが懸念される伝統食について、「まったく否定している訳ではない。(食事バランスは)毎日ではなく、3日から1週間のトータルで整うように調整すればよい」と話す一方、「(会では)まず、なぜ減塩する必要があるのかという必要性を伝えます。なにが大事かということをね。そして、薄味でもどうおいしく食べるかという工夫を伝えます。たとえば、主菜(の味付け)は濃く、汁物は出汁をひくため薄めでもいいとかね。そういったことをテーマに沿って伝えています。そうすると、やっぱり何回かはかかるけど、皆さん舌が慣れてきます」という。そして、自身の食生活については、「ちょっとお腹空いたなあっていう時は、コンビニなんかでもあの茹でた枝豆売っているでしょ、あんなの買って食べたりしてます。スナック菓子とかよりはいいかなと思って」、「この前、夫の誕生日に娘がお寿司屋さんに連れていってくれて、でもお寿司ってお野菜があんまりないでしょ、だからちょっとでも野菜の摂れそうなもの、あの玉ねぎがたくさんのもってるやつとか選んでましたね」と語っている。

最後に、会と家庭で提供する料理については、次のように述べている。「会でも家庭でも、対象ごとに、対象者にあわせて料理をします。(介護の時は、)一番食べにくい人にあわせるということをしていました。(普段の生活では、)苦手なものでも食べてもらえるように工夫するというよりは、バランスよい食事を出す、食べさせる、といったような感じ」。

以上のことから、N氏は、「健康」的な料理にのみ「おいしさ」を感じるようになっていくことがわかる。こうした態度は、科学的に「不健康」とされる塩分過多の食事や、栄養バランスの整っていない食事に否定的な態度をも生んでいる。塩分が濃い伝統食や栄養バランスが偏りがちになるハレの日の食事を、言葉では肯定しつつ、いざ自分が料理を口にする際には栄養のバランス等を真っ先に考えている。そうして、自分の意識の中で確立された「健康観」に沿った「おいしさ」の基準に従って食を選択していることがわかる。さらに、N氏は、食生活の乱れが原因で過去に体調を崩したことにより、食の選択に際しかなり気を遣っていることも明らかとなった。そして、最初は意識的に「健康」的で栄養バランスのとれた食事をとることを心がけていたが、現在では無意識のうちにそれを実践していることが窺え

る。健康維持には食生活の改善が不可欠であるという自身の体験に基づく感覚から、食材を栄養量に換算する傾向を強めるとともに、食生活と人間の生命活動を直結させて捉えていると考えられるのである。この考え方は、自身の食事のみならず、他者へ提供する食事にも反映されている。

N 氏は、会、家庭ともに、対象者にあわせて料理をしているというが、ここで特筆すべきは、会が立てる献立の対象者は、実際には存在しない「科学的に健康な平準な人間」を指すということである。一方、家庭における対象者は、多くの場合、固有の性質を有した家族であり、その人の好みや体調、体質等を作り手は把握している。そのため家庭では、体調がすぐれない、老化によって身体機能が衰えた人には流動的な食事を用意する等、一人ひとりの微妙な差にあわせた食事を整えることができる。ここに家庭という場が創出する「おいしさ」や「あたたかさ」があると考えられる。しかし、発言の中にもみられるように、家庭では、個人の好みにあわせたものばかりではなく、作り手が食べさせたい食材を「出す」こともあり得る。一方的な行為にも捉えられるこの「出す」という表現から、N 氏は、家族の体調管理は食卓を整える自らの責任・責務であり、家族の不調の一端は自分が準備する食卓にあるという意識を持っていると考えられる。

3.2 いずみ会リーダー養成講座

(1) 参加者の受講動機

次に、食改員を志す人々が食や家庭料理をどのような認識しているかについて、講座において実施した参与観察をもとに考えていきたい。以下は、参加者（すべて 50 ～ 60 代と推察される女性）の受講動機である。

- A 氏：健康診断の結果、血糖値が高く、改善に向けて食事内容を見直すことに。昨年度に実施された「ヘルシーライフスクール」に参加。そこで学んだ知識が、食生活に取り入れやすく、さらに深く学びたいと考えたために受講。
- B 氏：料理をすることが好き。家族を支える手段としても、真っ先に食事に気を配ることを心がけている。レシピサイト「クックパッド」に度々レシピを掲載。その内容が反響を呼び、料理教室の講師を務めることもある。視野を広めるために受講。
- C 氏：食事と精神バランスの関係に興味がある。食欲は意欲につながる。自分も高齢になり、また子どもも手を離れたことから料理を作る気力や食べる気力が衰えがちになってきた。そんな時はどうしたらよいのか、無理にでも食事をとった方がよいのか、またなにをどれだけ食べていけばよいのかということに関心が向きはじめる。
- D 氏：子どもの貧困問題と食に興味があり、食育の中でも特に子どもと食育の関係に興味がある。そのため、子ども食堂にも関心があり、近くの子ども食堂に話を聞いたりすることもある。
- E 氏：食えることが好き。すすめられて受講。
- F 氏：昨年度にも参加するが、けがのためリタイア。管理栄養士。15 年間保育園の調理師を務める。お菓子作りが趣味で、教室を開くこともある。いずみ会そのものに興味がある。料理にかけられる時間が少なくなっている現代社会において、「手作り」

の大切さを伝えていきたいと考えている。また、いかに短時間で「手作り」の料理を実現させるかということを模索している。

G氏：孫が甲殻類アレルギーであることがきっかけで、食品表示や食品添加物に関心を持つ。「れんげの会」という団体に所属しており、メンバーと交代でお弁当作りをおこなっている。そこで提供するお弁当の献立作りに役立てたいと考え受講。昨年度実施の「ヘルシーライフスクール」にも参加。

以上の受講動機の特徴としてあげられることは、現代社会における食改員の役割としてあげられていた、「地域ぐるみ」で「よりよい食習慣づくり」を実践し、食を通じたコミュニティに参加したい、という食改員像を実現する目的で受講を決めた人がほとんどいないということである。調査対象者のすべてが、個人が抱える生活習慣上の問題（身体的、精神的なものを含む）を、食というテーマと結びつけてより深く考えていきたいという気持ちをもっていた。このことから、自分や家族が病気になったから、生活習慣病と診断されたから、食事内容を見直すというものだけではなく、家族を支える手段あるいは家族と向きあう手段として料理を位置づける人、誰しも料理にかけられる時間が少なくなってきたとわかりながら「手作り」を重視する人、食品表示や食品添加物への関心を持つ人など価値観は多様であることがわかる。しかし、一見多様にみえる受講動機からは、ある特有の家庭料理像が浮かんでくる。

(2)「手作り」の意味—F氏・C氏の発言

ここで、いずみ会リーダー養成講座参加者への聞き取り調査からみられた「手作り」の重視という点について考えていきたい。F氏は、「手作り」について次のように述べている。「自分がそうしてきたし、やっぱり親にもしてもらってきたし、買ってきたものをお皿に盛りつけるっていうのも『手作り』のひとつじゃないですか。とにかくなにか、なんらかの形でっていうことを1つ伝えたいっていうことと、親の愛情の1つかなっていうの、これはでも親じゃなくてもそうですけどね。提供するっていう時になにか1つの心をこめる手段の1つとして『手作り』のものを」、「1年前の自分とはちょっと変わってきていて、やっぱり今これだけ『手作り』じゃないものが氾濫している世の中で『手作り』を追求するのは難しいのかなっていうかたちでは思ってますけどね」。

次に、特に若年層や自分の子ども世代（30～40歳代）に求めることについてC氏は以下のように述べている。「昔のように、すべて『手作り』でまかなうことはできないし、求めてもいない。でも、様々な商品を選択する力を養ってほしいと思う。昔は、商品自体があまりなかったでしょ。でも今は、いろんな商品が出回っている。便利な即席商品なんかもたくさん。だから、おなじ商品でも、鮮度を見極めるための知識をもってみたい、メーカーごとに使っている添加物が違うところとかをみたりして選んでほしいと思う。そして、食に対してもっと興味を持ってほしい」。

以上から、まずF氏は、提供する側が心をこめ、贈り物とするための手段として「手作り」を位置づける認識を持っていることがわかる。一方で、インタビュー後半の発言からは、加工品の発達により「手作り」をしなくとも十分に食べていくことのできる環境下で、心をこ

める手段としてのみに「手作り」の意味を見出すことが困難になってきたことを物語っている。また C 氏の発言から、現代の家庭料理における「手作り」が、家族の健康維持を目的としていることが示唆される。

4. 考察

4.1 「おいしさ」とは何か

食改員である N 氏の発言から、行政によって確立された科学的に「健康」と思われる料理にのみ「おいしさ」を感じるようになることで、「不健康」とされる塩分過多の食事や、栄養バランスの整わない食事に否定的な態度をとる傾向がみられた。

私たちが食物を口にした時に感じる「おいしさ」や「充足感」がどのように生じるのかという点について、石川（2019：219）は、「料理の作り手が、食べる側を想像して、食べる側の視点に立って作っていることが、おいしさを感じる前提にあり、さらに、食べる側もそのときの自分の欲求や価値観をきちんと自己認識し、作り手の考えをきちんと受け取れていることが確認できて初めて、本当の食のおいしさが生まれる」と述べている。

このことから、作り手が食べ手のことを考え、食べ手もまた作り手の思いを受け止め、さらに食べ手は自分の欲求や価値観を客観的に把握することによってはじめて「おいしさ」が感じられるといえる。作り手が食べ手のことを考えるという点において、「三田いずみ会」の献立づくりでは、年代の設定とそれに基づく栄養量計算をおこなうため、非常に精密に実現されているようにみえる。しかし、食材を栄養量によって数値化するという献立の立てられ方を考慮すると、「三田いずみ会」の献立（作り手）がみている食べ手は、実際にはどこにも存在することのない、栄養学的根拠に基づいた平均値の「人間」であるということがわかる。つまり、その献立を再現すればするほどに、私たちが真の「おいしさ」を感じることは難しくなる。このことから、先に述べた研修会の参加者が語る「しょぼさ」が、N 氏が指摘した料理そのものの内容や味だけを評価したものではなく、そこに潜む空虚さや無機質さをかぎつけていたものだと思えることが可能である。また「おいしさ」の基準が各人によって異なり、食の選択に大きな影響を与えるとともに、知識によって可変的であるということが推察できる。さらに、この知識には、栄養学等に基づき、科学的な裏付けを根拠に行政がつくりあげた「健康」観が含まれており、行政が根拠を付けることで生活の中に浸透させることが容易であると考えられる。

4.2 「手作り＝愛情」言説の再構築

次に、「家庭料理観」について、F 氏のように、講座参加者の一部には「手作り＝家庭料理を贈り物とする手段」として位置づける人もいることがわかる。しかし、同氏の後の発言で、現代社会において、「手作り」の意味を、料理に心をこめる手段としてのみに求めることが困難になってきていることが明らかとなった。一方で、C 氏及び N 氏の発言から、「手作り」の目的が家族の健康維持にあることが推察される。家族と自分の健康を第一に考え、料理を「手作り」することは、栄養バランスがよく、なおかつ食塩や食品添加物を極力使用しない

食事を用意するための手段となるからである。

このように考えると、「手作り＝愛情」という等式における「手作り」の意味づけが変化していることがわかる。それはつまり、これまでの「手作り＝手間と時間をかけて調理し、料理を贈り物化させる＝愛情」という認識から、「手作り＝栄養バランスを整え、食塩や食品添加物を極力排除することで健康を希求すること＝愛情」という認識への変化である。「手作り＝愛情」という言説は、その内容を変化させることで、加工品の発達により「手作り」せずとも食べていくことのできる現代社会においても受け入れられ続けていると考えられる。また、このような「科学技術」と「愛情」の関係性は、「科学技術」に頼るばかりに、食物を栄養量というもののさしだけで測るという問題を生じさせ得る。家族の健康を思って食事内容を考えていたはずが、いつのまにか、実際には存在しない「科学技術」によって割りだされた「健康的な人間」にあわせた料理をつくりだしてしまう可能性をはらんでいる。

また、調査対象者の様子から、「科学的根拠」に基づいた食生活を整えることによって、自分や家族の健康を希求することに対する責任感や誇り、あるいはそれらを自らの手で作りだす喜びを見出しているようにも捉えられた。こうした感覚が多くの人々を生み、「手作り」言説は強化され、家庭料理への幻想を拡散し続けているのではないだろうか。

5. まとめ

本研究では、成人を対象とした行政主導の食育活動の実態や課題、参加者に与える影響について考察することを目的とし、行政や食生活改善推進員協議会が実施する講習会を対象に参与観察及び関係者へのインタビュー調査を実施した。

その結果、行政は「科学的に裏付けされた知識」をもとに栄養バランスに配慮した食事を整えることを成人への食育として推進していると考察された。そして、食改員の特徴として、食材を栄養量に換算して捉える傾向がみられるとともに、食改員及び講座参加者が持つ「おいしさ」や「家庭料理観」といった極めて主観的な感覚に影響を及ぼしている可能性があることが明らかとなった。

具体的には、まず、行政によって確立された科学的に「健康」と思われる料理にのみ「おいしさ」を感じるようになることで、食改員は「不健康」とされる塩分過多の食事や、栄養バランスの整わない食事に否定的な態度をとる傾向がみられた。

次に、「家庭料理観」について、講座参加者の一部では「手作り＝愛情」「家庭料理＝愛情」と捉えるとともに、「手作り」を料理に心をこめる手段として位置づけていることがわかった。また、加工品の発達により「手作り」せずとも食べていくことのできる現代社会においても、「手作り」の重視や「手作り＝愛情」という考え方が、その内容を変化させながら存在し続けていると示唆された。さらに、「科学的に健康」な食事を「手作り」することは、「科学的根拠」に基づいた知識を「愛情」という一見すると不明瞭で相反するものを可視化することに利用されていると考えられる。

以上のように、行政主導の食育講座を受講することによって、「おいしさ」や「家庭料理＝手作り＝愛情」といった各人によって異なる曖昧な概念の中に、「科学的根拠」に基づい

た知識が組み込まれ定量化されていくプロセスが見受けられた。「科学的根拠」は、自身や誰かの健康を願い、食生活を整えるためのひとつの判断材料であることに異論はなく、使い方次第では食生活を豊かにする知識とも考えられる。一方、「科学的根拠」に依存しすぎることによって、食物を栄養量というもののさしだけで測ってしまう可能性は看過できない。つまり、自身の、あるいは誰かの健康を願って食事を整えていたはずが、「科学的根拠」によって割りだされた「健康的な平準な人間」にあわせた料理を作ることになる。こうして、食を取り巻く多様な価値観を失う可能性は否定できないだろう。この点は、行政主導の食育の課題であると考えられる。

本研究では、1 人の食改員と数名の食改員を志す人々（いずみ会リーダー養成講座参加者）へのインタビュー調査を扱うにとどまるため、個人の限定的な見解が多くみられることは否めない。食に対する意識が多様化する今日、同じ食改員という立場で活動をおこなう人に同様の傾向がみられるのか、また、彼らの存在がどのように社会に作用しているのかという点については、さらなる調査をふまえ慎重に検討していく必要がある。しかしながら、市販食品が溢れ、スーパーで食材や調味料を購入して料理をすることが一般的な現代社会において、私たちが食材そのものの持ち味を自らの舌で感じたり、生産物の生産過程や生産者と関わったりする機会は格段に減少している。そのうえ、本研究でみられたような食を「科学的根拠」のみで測る傾向が強まれば、私たちは作り手と食べ手の相互理解、環境・自然・文化への思慮等、食を起点とする様々な事柄について考える機会を失っていくだろう。したがって、食の未来を見据えたとき、私たちが食についていかに多様な側面から関心を持ち、考え、選択していくかということが、今問われている。

表 1 食育基本法制定以前の食と健康に関わる事業及び制度

年	事柄
1927	栄養改善事業実施。
1937	保健所法公布。
1947	GHQ 公衆衛生福祉局（PHW）設置。
1948	農村の生活改善運動開始。「生活改良普及員」の資格試験実施。
1949	生活改善グループ、生活改良普及員及びグループの誕生。
1952	栄養改善法制定。
1956	日本食生活協会誕生。
1959	厚生省 生活環境の改善と地区組織を推進する方針を発表。
1983	食生活懇談会により日本型食生活の基本 8 項目が提起される。
1985	厚生省公衆衛生審議会「健康づくりのための食生活指針」発表。
1986	男女雇用機会均等法施行。
1988	食改員養成事業予算化。
1991	特定保健用食品制度設置。
1997	地域保健法施行。
1999	男女共同参画社会基本法施行。
2000	健康日本 21 21 世紀における国民健康づくり運動の展開。 「健康づくりのための食生活指針」策定。
2002	食育調査会設置。
2003	5 月 健康増進法施行。 6 月 農林水産省「食の安全・安心のための政策大綱」決定。
2005	食育基本法制定。

出所) 鈴木 (2012)、高橋 (2009)、辻 (2018)、山尾 (2004)、食生活改善推進員教育テキストをもとに筆者作成。

表 2 「三田いずみ会」令和 2 年度研修スケジュール予測

月	テーマ及び内容
4	令和 2 年度 総会
5	手早くバランス朝ごはん
6	健康長寿の和食に繋がる 大豆製品を食べよう
7	野菜の魅力と効用を実感 夏野菜をたっぷり！
8	夏バテ・低栄養予防に たんぱく質をしっかりと！
9	備蓄食品を活用して簡単調理（ローリングストック）
10	↑〔グループ別講習〕骨太クッキングで転倒予防を
11	↓バス研修
12	年末年始に 心のこもったおもてなし料理を♡
1	冬野菜たっぷりで からだポカポカ♫
2	魚のパワーで活力アップ!!
3	リーダー・グループ長研修

出所)「三田いずみ会」会長提供資料をもとに筆者作成。

表 3 聞き取り調査概要表

名前	日時	方法
N 氏	2019 年 9 月 6 日	対面にてインタビュー
	2020 年 2 月 7 日	対面にてインタビュー
	2021 年 1 月 15 日	電話にてインタビュー
A ～ G 氏	2019 年 5 月 15 日	参与観察における聴取
C 氏	2019 年 6 月 5 日	対面にてインタビュー
F 氏	2020 年 11 月 17 日	電話にてインタビュー

出所) 筆者作成。

表 4 参与観察概要表

日時	内容
2019 年 5 月 15 日	第 1 回リーダー養成講座
6 月 5 日	第 2 回リーダー養成講座
6 月 27 日	研修会（料理教室）
7 月 10 日	第 3 回リーダー養成講座
7 月 31 日	第 4 回リーダー養成講座
8 月 19 日	第 5 回リーダー養成講座（調理実習）
9 月 4 日	第 6 回リーダー養成講座
9 月 18 日	第 7 回リーダー養成講座
11 月 24 日	食改員地区活動（地域イベントへの参加）

出所) 筆者作成。

表 5 研修会時のメニュー

- ・白御飯
- ・ツナと野菜のオープンオムレツ（ツナ、卵、ミニトマト、しめじ、オクラ）
- ・添え野菜（レタス、ブロッコリー）
- ・パプリカとミックスビーンズのマリネ（パプリカ、ミックスビーンズ）
- ・豆乳スープ（玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、豆乳、味噌）
- ・みかん寒天（夏みかん、オレンジジュース、寒天）

一人分の栄養量 578kcal

出所) 筆者作成。

記入例

～調理実習内容計画書～

テキスト p162～163 参照

※タンパク質は 1 g あたり約 4 kcal

※脂質は 1g あたり約 9 kcal

(例) 目標とするタンパク質 (g)

の

下限値の求め方

 $670\text{kcal} \times 0.13 \div 4 = 21.775 \approx 22$

E グループ

テーマ	行事食を次世代につなげよう ～冬至～				
対象者の特徴	30～40 歳代		男性	女性	
栄養量		エネルギー (kcal)	タンパク質 (%エネルギー比)	脂質 (%エネルギー比)	食塩相当量(g)
	1日	2000kcal	13～20%	20～30%	7.0g 未満
	1食	約 670kcal	13～20% (22～33) g	20～30% (15～22) g	2.3g 未満
献立		メニュー名		主な材料	
	① 主食	白ごはん		ごはん	
	② 主菜	かぼちゃコロッケ		かぼちゃ・鶏挽肉・たまねぎ	
	③ 副菜	ほうれん草の ゆず香和え		ほうれんそう	
	④ 副菜 ・汁物	のっぺい汁		鶏モモ・里芋・にんじん・大根 こんにゃく・ごぼうなど	
	⑤ その他 デザート など	りんごの ホットヨーグルト		りんご・ヨーグルト	

手順

- (1) テーマ、対象者の特徴を記入します。
- (2) 対象者に合った 1 日の栄養量を記入します。(テキスト p 162・3 参照)
1 食分の栄養量を計算します。
- (3) に合せた献立を考えます。材料や調理方法が重複しないよう注意します。
- (4) 献立の栄養計算を行い、(3) に合うかどうかチェックします。

図 1 計画書例

出所) 令和元年度いずみ会リーダー養成講座配布資料より抜粋。

Aグループ いずみ会リーダー養成講座 栄養計算表

料理名	食品名	5人分量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
白ごはん	米(精白米)	325	1164	19.8	2.9	0
ゴーヤチャンプル	豚ロース・脂肪なし	150	303	31.7	17.9	0.2
	木綿豆腐	300	240	21	14.7	0
	ゴーヤ	255	43	2.6	0.3	0
	卵	111	168	13.7	11.4	0.4
	ごま油	12	111	0	12	0
	塩	1.8	0	0	0	1.8
	こしょう	0.6	2	0.1	0	0
蒸しなす	なす	300	66	3.3	0.3	0
	かつおぶし	10	36	7.7	0.3	0
	しょうゆ	36	28	2.8	0	5.2
	しょうが	20	6	0.2	0.1	0
合計(白ごはんも含む)						
÷ 5 (1人分)						

図2 栄養計算表
出所) 令和元年度いずみ会リーダー養成講座配布資料より抜粋。

Aグループ

料理名：白ごはん		
材料名	分量（6人分）	作り方
精白米	390g	炊飯器で炊く。

料理名：ゴーヤチャンプル		
材料名	分量（6人分）	作り方
豚ロース	180g	1 木綿豆腐は重石をして水気をきく。 おく。ゴーヤは縦半分に切り、種と種をスプーンで取り、1cmに切って、熱湯で1分ゆで、水気をきっておく。 豚ロースはひと口大に切っておく。 豆腐も水気がきいたら切る。
木綿豆腐	360g	
ゴーヤ	300g	
卵	2つ（133g）	
ごま油	14g	
塩	2g	2. フライパンにごま油を入れ、豆腐をきつね色に表面焼く。
こしょう	0.7g	
かつおぶし	12g	
3. 豆腐を取り出してから、豚ロースを焼く。水気を切ったゴーヤ、豆腐を入れ炒める。		
4. 卵を入れてゆめ、最後に塩・こしょうを入れて出来上がり。		
5. 盛り付けてかつおぶしを散らす。		

料理名：蒸しなす		
材料名	分量（6人分）	作り方
なす	3本（360g）	1 ナスは縦半分に切り、3等分し水につけてアク抜きし、レンジでチンする（もしくは蒸し器で蒸す）。ササミは鶏をとり、熱湯で煮て、裏いておく。 2 ボールに調味料と合わせ、器に置いたナスとササミにかけて和える。
ササミ	3本（171g）	
砂糖	小さじ2	
濃口醤油	大さじ2	
酢	大さじ1	
ごま油	大さじ1	

料理名：わかめ・玉ねぎスープ		
材料名	分量（6人分）	作り方
玉ねぎ	270g	1 鍋に水とスープ（素）を入れる。 2 玉ねぎは薄くスライスして柔らかくなるまで煮て、仕上げにわかめとごま油を入れれば出来上がり。
乾燥わかめ	8g	
中華スープ（素）	10g	
ごま油	14g	
水	900g	

料理名: フルーツ寒天

材料名	分量 (4人分)	作り方
寒天	4g	1 キウイは半分に切ってからスライスする。 2 寒天と分量の水・砂糖を鍋に入れ2分間くらい沸騰させる。牛乳を加え沸かさない程度にあたためる。 3 容器にみかん缶・キウイ・寒天液を入れ冷蔵庫で冷やし固める。
牛乳	200cc	
水	400cc	
砂糖	60g	
みかん缶 (ミカン缶)	60g	
キウイ	60g	

< 1人分の栄養価 >

料理名	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
白ごはん	233	4	0.6	0
ゴーヤチャンプル	198	14.8	13.4	0.5
蒸しなす	76	8.2	2.5	0.9
わかめ・玉ねぎスープ	43	0.8	2.4	1
フルーツ寒天	72	1.2	1.3	0
合 計	622	29	20.2	2.4

※ 脂質エネルギー比: 29%

(目標: 20~30%)

※ たんぱく質エネルギー比: 19%

(目標: 13~20%)



図3 レシピ例
出所) 令和元年度いずみ会リーダー養成講座配布資料より抜粋。

【引用文献】

- 池上甲一（2008）「安全安心社会における食育の布置」池上甲一・岩崎正弥・原山浩介・藤原辰史 著『食の共同体—動員から連帯へ』ナカニシヤ出版，177-237.
- 石川伸一（2019）『「食べること」の進化史 培養肉・昆虫食・3Dフードプリンタ』光文社.
- 岩崎信彦（2007）「『田園文化都市』三田の都市的なりたち」『市史研究 さんだ』9,61-84.
- 柄本三代子（2016）『リスクを食べる—食と科学の社会学』青弓社.
- 鈴木秀子（2012）「食生活改善推進員会に対する市町村の支援のあり方について～食生活改善推進員養成講座が及ぼす影響からの検討～」『会津大学短期大学部研究紀要』69, 1-18.
- 高泉佳苗（2019）「30歳代における食生活リテラシーと回想法による子どもの頃の共食・食教育との関連」『栄養学雑誌』77(2),54-64.
- 高橋美保（2009）『食育の力—子供に受け継がれる生活の知恵』創成社.
- 武見ゆかり（2002）「若年成人への栄養・食教育の診断・評価の指標に関する研究：食スキル・食態度・食行動の面から」『栄養学雑誌』60(3),131-136.
- 辻智子（2018）「戦後農村における生活改善と女性」佐藤一子・千葉悦子・宮城道子 編著『＜食といのち＞をひらく女性たち』農文協，27-41.
- 畑中三応子（2018）『ファッションフード、あります。はやりの食べ物クロニクル』ちくま文庫.
- 山尾美香（2004）『きょうも料理—お料理番組と主婦 葛藤の歴史』原書房.
- 一般財団法人日本食生活協会（2018）「1 食生活改善推進員とは」『食生活改善推進員教育テキスト』10-11.
- 一般財団法人日本食生活協会（2018）「5 食生活改善推進員の役割」『食生活改善推進員教育テキスト』12.
- 兵庫県三田市ホームページ「三田市の概要 三田市の人口及び世帯数」(<https://www.city.sanda.lg.jp/kouhou/gaiyou.html>：2021年1月6日最終閲覧)
- 一般財団法人 日本食生活協会（2022）『全国食生活改善推進員協議会について』「全国食生活改善推進員協議会活動状況（令和2年度）」(<https://www.shokuseikatsu.or.jp/kyougikai/about.php>：2022年5月2日最終閲覧)
- 農林水産省（2015）「食育基本法」(https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/pdf/kihonho_27911.pdf：2022年5月1日最終閲覧)
- 農林水産省（2018）『みんなの食育白書 平成30年度（HTML版）』「食育とは？」(https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/wpaper/h30_minna/html/part1.html：2021年10月2日最終閲覧)
- 農林水産省（2021）『令和2年度 食育白書（令和3年5月28日公表）』「2 食生活改善推進員の健康づくり活動の促進」(https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/wpaper/r2/r2_h/book/part2/chap3/b2_c3_6_02.html：2022年5月2日最終閲覧)

【付記】

本論文は、2021年1月に奈良県立大学地域創造学部に提出するとともに、学内誌『奈良県立大学研究報告 Vol.13』に掲載された卒業論文の内容を加筆・修正したものである。

注)

- 1 食育のあるべき姿について教育学者の高橋は、子どもの内に秘めたる「生きるため」の技や知恵、スキルや態度の可能性を引き出すことこそが、保育における食育活動だと指摘し、その活動を通して保育者や親を含む大人が、自らを教育していくものでなくてはならないと述べている（高橋2009：192）。
- 2 ここでの「科学」とは、価値中立的なものではなく、科学的合理性の名のもとに作動する「科学的正しさイデオロギー」のことである。「科学的に正しい」ポリティカルな基準を満たすテクノフーズを生み出す際、「科学的正しさイデオロギー」が発動する中で、商品そのものの持つ機能の科学的厳密性や「科学的精度」ではなく、消費者にほとんど無限に近い効能を妄想させる「言語的精度」をいかに高めていくかが問題となる（柄本2016：142-147）。
- 3 組織運営に対する支援は、推進員の研修機会の提供、運営のための技術援助や財政面の支援などである（鈴木2012：6）。
- 4 ポイント制とは、受講生が、開講式と修了式のみ一同に会するもので、その他は市町村が開催する関係講習会などに参加して所定の単位を取得する方法である（鈴木2012：7）。