

今年5月1日から10月31日まで、イタリアのミラノでミラノ国際博覧会(EXPO Milano 2015)が開催されます。この博覧会は「地球に食料を、生命にエネルギーを」をテーマに、世界の異なる地域での食料不足の問題、食育の問題、遺伝子組換え物質など、食料に関する幅広い課題を扱っているのが特徴です。ミラノ国際博覧会への日本館出展は、食育の重要性を世界に知らしめる大変重要な機会です。私も世界における食料問題と食料廃棄の問題点

は、毎年食に携わることを目指して多くの学生が入学してきます。この学生たちに自分の食事を1週間記録するように指示したところ、朝食を摂らなかつたり、無理なダイエットを重ねたりといった不規則な食生活の実態が明らかになりました。そこで学生たちに、食に携わる人間として、まず自らの食生活を改善する必要があることを訴え、今度は学生生活を終える卒業間近の1週間、再度学生たちの食生活を調べてみました。その結果、栄養専門学校で学んだ学生

なるのです。家族が共に食卓を囲み、同じものを食べることで、たとえ子どもに好き嫌いがあっても、大人になったときに食べられるようになることが多いのです。親の食べる姿を目にすることで食べ方のマナーも知るわけです。ミシュランの3つ星レストランであるデンマーク・コペンハーゲンのレストラン「nomma(ノーマ)」にはテーブルクロスがありません。デンマーク製の木材の持つ美しさを目にしながら食事ができるようにという配慮です。食育と同

緑のエッセー



●プロフィール
昭和20年生まれ。東京都出身。立教大学卒。
昭和大学医学部博士課程学位取得。
〔字〕服部学園 服部栄養専門学校 理事長・校長／医学博士／健康大使。

を分かりやすく理解して貰いたいと考え、日本館出展の基本理念やコンセプト、建築・展示・行催事等の枠組み等を定める「基本計画」を策定する基本計画策定委員会委員やミラノ万博日本館サポーターとして協力しています。

たちであるにもかかわらず、食生活が改善されたのは全体の6%にすぎませんでした。このように、18歳以上になると自分の意思で食を選ぶ習慣ができあがってしまい、自ら食生活を改善することが難しくなっています。

じように、日頃から木の美しさを目にしながら暮らしていくことは、林業の活性化にとって有益なことではないかと思えます。ミラノ国際博覧会の日本館でも同様な取組を行うことができれば、世界に向けた日本の国産材のアピールになるのです。また、世界でも類例を見ないほど多くのレストランがある日本でも、木の美しさを感じながら食事ができるようにしていけば、国産材の利用推進に相当な効果があるのではないかと考えています。

これまでの50年間、日本は工業国として発展を続けてきましたが、その一方で農林水産業や食育への取組が後手に回ってしまった感があります。

きちんとした食生活を身につけるためには、3歳から8歳までの間の食習慣のインプリンティン(刷り込み)が重要です。親の食事が偏っていれば、子どもの食生活も偏ります。お母さんの体が栄養失調だと、体内の子どもの体も栄養失調に

例えば若い人たちの食生活です。私の学校に

いかとも考えています。