

日本で最初に「食育」の重要性を唱えた偉大なる先人

～食育のルーツは健康長寿ふくいから～

石塚左玄



福井県出身で陸軍薬剤師だった『石塚左玄(いしづか さげん)』は、45歳のときに「化学的食養生論」を出版しました。その中で、地方に先祖代々伝わってきた伝統的食生活にはそれぞれ意味があり、その土地に行ったらその土地の食生活に学ぶべきであるという「身土不二(しんどふじ)」の原理を発表するとともに、食の栄養、安全、選り方、組み合わせ方、組み合わせ方の知識とそれに基づ



く食生活が心身ともに健全な人間をつくるという教育、すなわち『食育』の大事さを説いています。
また、「通俗食物養生法」(明治31年)では、「今日、学童を持つ人は、体育も智育も才育もすべて食育にある」と述べています。福井は、「食育」という言葉を日本で初めて使った「石塚左玄」を生んだ土地であり、その意味では



小学校食育授業風景



楽しい給食風景

「食育」という言葉のふるさと、「食育のルーツは福井にある」といえます。私たちは、こうした郷土の先人に敬意を表するとともに、その考え方を受け継ぎ、健康長寿なふくいの食育を推進しています。市町の各小中学校では、地場産食材を活かした給食や、栄養教諭を中心とした給食や、授業を実践しています。

▼**学校給食法**
義務教育の目標として、生活に必要な「食」などについて基礎的な理解と技能を養うこと、また、健康、安全で幸福な生活のために必要な習慣を養い、心身の調和的発達を図ることを掲げています。

▼**学校給食法**
学校給食についての基本法である学校給食法は、昭和29年に制定されました。制定当時の法第1条は、学校給食が「児童の心身の健全な発達に資し、かつ、国民の食生活の改善に寄与するもの」とし、学校給食の普及充実に努めることを目的と定めています。

●目標の中には、望ましい食習慣、協同の精神、勤労を重んずる態度、我が国や地域の伝統的な食文化への理解などの育成が掲げられています。

▼**食育基本法**
健全な心身と豊かな人間性の育成を目的として平成17年6月に制定。法は、食育推進の基本的施策の一つとして学校給食を位置づけています。また、国の食育基本計画には、学校給食の一層の普及とともに、生きた教材としての活用が盛り込まれています。



現在の地場産食材を活かした給食



昭和20年後半～30年代の給食



日本で最初の学校給食(明治22年)