

日本とフランスにおける味覚教育の現状

吉田 和代・磯部 由香・平島 円

The present condition of taste education in Japan and France

Kazuyo YOSHIDA, Yuka ISOBE and Madoka HIRASHIMA

要 旨

フランスの「味覚教育」は、味覚をはじめとした人間の五感に着目した食育のひとつである。今回、フランス全土で催される様々な取り組みの中でも中心的な「味覚レッスン」について視察した。小学校においては、子どもたちに果物やお菓子などを味わわせ、味の評価や、原料の推測をさせる活動が行われていた。レストランでは、小学生に向けて、食材の色、食感、組み合わせによる味の変化などを体験させるレッスンが行われていた。農場においても、五感を働かせながら、動物と触れ合わせたり、農場の仕事を体験させたりする活動が行われていた。また、日本でも味覚教育の影響を受けた取り組みが行われているため、その内容についても分析した。甘味、苦味などの味を体験させることや、五感を意識させることに重点を置いた事例が多かった。調理を取り入れたものや、感覚を表現させることを重視したものもあった。目的としては、活動を通して食への興味・感心、食を楽しむ心を育むといったものが比較的多くみられた。

1. はじめに

日本では近年、国民の栄養の偏り、不規則な食事、肥満や生活習慣病の増加などに加え、食材の安全性や海外依存など、「食」に関する様々な問題が生じている。このような状況から、2005年に食育基本法が制定され、国民運動として食育の推進に取り組んでいくことが課題として示された¹⁾。

一方、美食の国フランスでも、90年代以降から肥満者の増加・低年齢化、心臓病・血管病による死亡、肥満による糖尿病、骨粗しょう症など、栄養障害による疾病の増加が深刻化した。この現状を踏まえ、国は栄養健康国家計画を打ち出し、食に関する問題の改善に取り組んでいる²⁾。

フランスにおける食育として、栄養教育と味覚教育があり、これらは学校教育カリキュラムに組み込まれている。特に「味覚教育」は、教育現場だけでなく国を挙げておこなわれている。なかでも、毎年10月の第3週に開催される国民的イベント「味覚週間」は、国の食育活動の中で重要な位置を占めている³⁾。

本稿では、2011年10月にフランスで行われた味覚週間を視察し、そこから得た知見を報告する。また、日本でも近年、味覚教育の影響を受けた食育が行われるようになってきた。そこで、日本で行われている取

り組みについて、その内容の分析を試みたので合わせて報告する。

2. フランスにおける味覚教育の現状

フランスの味覚週間の期間中には、様々な催しが全国各地で開かれる。主な内容としては、大勢のシェフや食の職人が小学校などを訪れ、味覚に関する授業をおこなう「味覚レッスン」、レストランで特別メニューが提供される「味覚アラカルト」、食に関するシンポジウム、見学会などのイベントが様々な団体により企画される「味覚のアトリエ」、「味覚の才人」と題したコンクールなどがある^{2,3)}。

「味覚レッスン」は、味覚週間の中心的なもので、味覚週間が始まる以前から行われている。主に小学生に向けて、フランス全土で年間を通して行われる。今回は、この味覚レッスンについて、異なる場における3つの事例を視察したので、詳細を報告する。

(1) 小学校における味覚レッスン

● 観察対象

フランス、トゥール市内に位置するポールバール小学校(児童数60名)において行われた味覚レッスンの様子を観察した。同小学校では、毎年フランス味覚

週間に合わせ、学校全体の行事として味覚レッスンを行っている。

● 内容

子どもたちは、異学年混ざったグループを作って「アトリエ」と名付けられた学校内の各教室を回るようになっており、アトリエごとに用意された様々な食材を、見た目・におい・味・食感などを意識しながら味わっていた。教師たちは各アトリエに待機し、食材について説明したり、子どもたちの表現を引き出すような声かけをしたりしていた。

① 果物のアトリエ

果物を試食し、甘味と酸味をどの程度感じたかを評価する活動がおこなわれていた。子どもたちは、りんご・なし・ぶどう・レモン・グレープフルーツを試食し、それぞれの甘さ・酸っぱさの評価をワークシートに記入した後、なぜそのように感じたのかをグループでディスカッションしていた。また、濃い砂糖水（とても甘い）・薄い砂糖水（甘い）・薄めた酢（酸っぱい）・コーヒー（苦い）の4種類の液体を飲み比べ、それが何かを当てるという活動も行われていた。

② パンのアトリエ

地元のパン屋から無料で提供された、プレーン・麻の種入り・ひまわりの種入り・ゴマ入り・チョコレートとオレンジ入りの5種に加え、子どもたち自らが作った1種のパンを試食し、その味を当てる活動がおこなわれていた。見た目や味だけでは、すぐに判断できないようなものもあり、よく噛んで味わう必要があるようだった。

③ ジャムのアトリエ

ジャムを試食し、何から作られたものなのかを推測する活動が行われていた。ジャムはすべて、子どもたちの家庭で手作りされたものであった。子どもたちは、教師にスプーンで一口ずつ食べさせてもらおうと、注意深く味わい、色・香り・味などの微妙な違いから、原料の果物を懸命に推測しようとしていた（写真1）。



写真1 ジャムのアトリエの様子

④ お菓子のアトリエ

アトリエには、L字型に設置された机の上にお菓子がずらりと並べられていた。子どもたちは、ケーキやクッキーなど全13種のお菓子の中から、好きなものをいくつか選んで試食し、お菓子の名前・どんな味がしたか・食べた感想の3項目をワークシートに記入していた。ナッツ類やドライフルーツなどの食材が入ったお菓子も多く、それらが元はどのような形をしていたのかが分かるよう、脇に実物も用意されていた（写真2）。

⑤ チョコレートのアトリエ

チョコレート専門店のチョコレートを試食し、味などを評価する活動が行われていた。ブラックとミルクのそれぞれ4種が用意され、カカオ含有量の多いチョコレートを食べた子どもが、想像以上の苦さに驚く場面も見られた。このアトリエを担当していたのは校長先生で、子どもたちが集中できるよう、1グループずつに制限して教室に入れ、チョコレートの包み紙を見せたり、原料となるカカオの生産国について、地図を指し示しながら説明したりしていた。試食に専門店のものを用いているのは、子どもたちが普段触れる機会の少ない、真に質の良いものの味を知ってもらおうという意図があるようだった。

● ポールベール小学校における味覚教育

味覚レッスン参観の後、教師に直接話をうかがうことができた。以下に、その内容をまとめた。

味覚レッスンにあたっては、手作りのものや、原材料にこだわって作られたものを味わうことで、質の良い本物の味を知ってもらいたいという思いを持って取り組んでいる。このような理由から、味覚レッスンの中で試食させる食べ物には、児童の家庭から持ち寄ったもの、児童らが前日から手作りして準備したもの、専門店から無償で提供されたものなどを用いている。

子どもの学年によって、学んで欲しいポイントが違ってくる。例えば1年生では、「五感」にポイントを置



写真2 お菓子のアトリエの様子

いて学ばせており、今回のような食に関する活動以外にも、様々な取り組みを行う。視覚を例にすれば、目などのハンディキャップを持った方を招いたり、盲導犬を連れてきたりなどする。高学年では、味覚の中でも様々な味に目を向けさせ、感覚の表現を広げることによってポイントを置いている。同時に、栄養バランスについても学ぶ。また、味覚レッスンを学校全体で行うということにも意義がある。異学年が混ざったグループで行動することなどによって、社会的な力を育むこともできるからである。

フランスでは、日本の家庭科に類する科目は設けられていないが、ポールベール小学校では味覚レッスンの他にも、これに関わる内容として、ひとつの食材を変化させるという授業を行う。これは、トゥール市のこの年の教育目標である、フランス人化学者ラボアジエの言葉「何も失くさず、何も作りだすことなく、すべてが変化する」というテーマに従ったもので、同市では毎年、このような共通の教育目標が掲げられる。

味覚レッスンの内容は、学校ごとに自由に決めることができる。味覚週間中、トゥール市内では約60%の小学校において、何らかのかたちで味覚レッスンが行われている。ポールベール小学校では、校長の方針が味覚教育に対する学校の姿勢に影響を与えてきており、校長が味覚教育を重視しなかったため、味覚レッスン自体を行わない時期もあった。現校長に変わった今年からは、味覚教育を再スタートさせた。今後は、シェフを呼ぶなどの取り組みもおこなっていく予定とのことであった。

(2) レストランにおける味覚レッスン

● 観察対象

フランス、トゥール市内のレストラン「パルファン・クチュール」において行われた味覚レッスンの様子を観察した。この日は、同市内のジロドー小学校に通う児童12名(8～9歳)を対象としていた。子どもた

ちの家族も参観に来ていた。

● 内容

「色と味覚」というテーマで、様々な食材の色、食感、組み合わせによる味の変化などを体験していた。子どもたちは、食材に直接触れるため手袋をして、大きなテーブルを全員で囲むように、決められた位置についた。順番に出される食材を、まずは観察し、手で触れ、それから食べるという流れで、その都度、感じたことを冊子に記入していった(写真3)。オーナーシェフである台湾出身のセリーヌ・マーティン氏は、日本の文化にも関心が高く、米、海苔、豆腐など、日本にゆかりのある食材も多く登場していた。

① 米と一緒に味わう

はじめに、白米を炊いただけの白いご飯が出され、見る、触る、食べるという一連の流れで味わい、感じたことを記録していった。「自然の味がする」「ベタベタしている」など、子どもたちからは多様な表現が聞かれた。次に、ピーナッツパウダー・白ゴマ・黒ゴマ・梅パウダーが順番に出され、それぞれそのまま食べた後、ご飯にかけて味わった。梅パウダーを食べて、「酸っぱい」「辛い」と騒ぐ子どもたちに、セリーヌ氏は、「今食べているのは、日本に行かないと食べられない味」だと声をかけていた。

② 見た目でも味わう

プチトマトを半分に切って、小さなカップに見立てたものが配られた。その中にご飯を入れ、梅パウダーなどをかけて味わった。子どもたちからは、「いつも食べているものの味と違う」「おいしい」という声が聞かれた。次に、薄く焼いた卵と海苔が配られ、くるくると巻いていった。馴染みのない海苔を見て、「これ、食べられるの?」と聞く子どももいた。きれいに巻いたものを、セリーヌ氏が斜め半分に切って見せると、その切り口の美しさに歓声が上がっていた(写真4)。続いてセリーヌ氏は、三角形に切った豆腐を取り出した。切り込みを入れ、小さく切ったネギとトマト



写真3 感じたことを冊子に書き込む子ども



写真4 セリーヌ氏と子どもたち

を飾って見せ、「簡単な材料でも、工夫次第でとても素敵になる」と話していた。子どもたちは、出来上がった豆腐ピラミッドの絵を冊子に描いていた。

③ 乾燥食品と家族へのお土産

最後の食材として、バナナ、りんご、さつまいもなどを乾燥させたものが出された。匂いを嗅いで、食べてみて、何の食材かを当てていた。答えや味わって感じたことを冊子に記入していた。子どもたちには、家族へのお土産として持って帰ることができるよう、プラスチックの容器が1つずつ配られていた。その中は、味わってきた食材でいっぱいになっていた。このお土産には、①子どもが体験してきたことを家族が知る、②自分の作ったものを皆に分ける心を育む、③記入した冊子も同様に、体験したことがかたちに残る、という3つの意義があるという。

● セリーヌ氏の考える味覚教育

セリーヌ氏は、食べることを嫌い、仕方なく食べる子どもが多く存在することを危惧している。味覚レッスンを通して、子どもたちが自分の食べている食べ物や食べるということを尊んでくれることを期待している。味覚レッスンは、食べることの面白さや尊さに目覚めさせる機会であると考えている。また、子どもたちの偏食や好き嫌いは、食材の味を知らないことが原因という考えから、好き嫌い以前に、食材の味を知ってほしいという願いも込めている。

(3) 農場における味覚レッスン

● 観察対象

フランス、トゥーレーヌ地方にて農場を経営するミシェル・ドゥヴォー氏を訪ねた。子どもたちが味覚レッスンを受ける様子を観察することはかなわなかったが、農場の様子を見学しながら、実際のレッスンの内容を聞き、その一部を体験することができた。

● ミシェル氏の考える味覚教育

ミシェル氏は、子どもたちに農場の中で牛、にわとり、豚などの様々な動物と触れ合わせる。牛の乳搾りや餌やりなども体験させる。その中の随所に、触る、においをかぐ、見る、耳を澄ませて聞く、味わうという体験を盛り込んでいる。子どもたちに、いかに五感を使わせるかが大切だと考えている。さらに、そのような体験を1度だけでなく、何度も繰り返しさせることが大切だとも言う。

3. 日本における味覚教育の現状

日本でも、フランスの味覚教育に影響を受け、味や五感に着目した食育活動が多くおこなわれるようになってきている。中でも、料理研究家の内坂氏により始め

られた「味覚の授業」⁴⁾は、現在多くの活動の参考とされている。また、内坂氏や「KIDS シェフ」⁵⁾などの活動を続けるシェフの三國氏らの呼びかけにより、10月の第3週に「味覚の一週間」と題した味覚教育イベント⁶⁾が2011年より実施されている。このような全国規模のイベントから、教育関係者などが行う規模の小さなものまで、様々な取り組みが少しずつ広がっている。今回は、日本での事例について、書籍や論文などのかたちで報告されているものを中心に、その内容の分析を試みた(表1)。

事例の中で、「甘味・塩味・苦味・酸味の4つの味(うま味を加えると5つ)を体験する」活動や、「五感を意識する」ということに重点を置いた内容は、ともに半数程度であった。調理を取り入れた取り組みは、小学校家庭科としておこなわれているものや、シェフが主催するものに多かった。また、約3割であった感覚を「表現する」という活動を盛り込んだ事例は、「表現する」こと自体が目的ともなっていた。

目的としては、子どもが「食への興味・感心をもつこと」「食を楽しむこと」というものが比較的多くの事例で見られた。しかし、事例によって、重視する目的は実に様々であることがわかった。

4. おわりに

フランスの味覚教育の様々な意義の中で、「食べる」ことそのものに焦点を当て、持って生まれた「五感」という力を重んじる姿勢は、まさに“何も失くさず、何も作り出すことなく、”今持っているものを存分に生かそうという、人間本来の生き方を教えてくれるものだと言えるだろう。“より良い食生活”などという、漠然としていて実感がわかないこともあるが、自分の持っている感覚をときずませて食べる、味わう、ということならば、誰でもすぐに実践できる。このことは、味覚教育がフランスで広く愛され、発展し続けている理由のひとつかもしれない。

日本での事例は、教育関係者や食の専門家など、様々な分野で活躍する人々が、それぞれの多様な目的を持っておこなっていることがわかった。しかし、一回限りや短期集中のものが多くという印象を受ける。また、体験できる子どもが一部に限られているというのも現状である。味覚教育では、長期にわたって子どもたちに働きかける必要がある。味覚教育の意義がより多くの人々に理解され、日本の各地に浸透し、受け継がれていくことが望まれる。

今回の視察の機会を与えていただいた株式会社モクモク流農村産業研究所の方々をはじめ、視察に際してご助力いただいた方々に厚く御礼申し上げます。

日本とフランスにおける味覚教育の現状

表1 日本における味覚教育

	実践主体	場 所	対 象	主 な 内 容						主 な 目 的			
				4つ(5つ)の味を体験する	五感を意識する	食材を味わう・触れる	表現する	調理	その他	食への興味・関心をもつこと	表現すること	食を楽しむこと	その他
1	教師、大学関係者	小学校	小学校6年生		○	○		○					<ul style="list-style-type: none"> 野菜への苦手意識を減ずること 野菜を積極的に摂取すること
2	教師	小学校(家庭科)	小学校6年生		○	○		○					<ul style="list-style-type: none"> 調理技能の習得
3	教師	小学校(家庭科)	小学校6年生		○	○		○		○			
4	大学関係者	不明	小学校高学年～大人						<ul style="list-style-type: none"> 味覚障害の疑似体験 				<ul style="list-style-type: none"> 味を感じるものの有り難みに気付くこと 食生活改善の動機付け
5	教師	保育園	保育園児		○	○					○		<ul style="list-style-type: none"> 想像する楽しさを味わうこと
6	学生	幼稚園	年長児(5歳児)	○	○	○	○			○	○	○	<ul style="list-style-type: none"> 豊かな嗜好を育むこと (実践側が)食文化のよき継承者となること
7	企業	小学校(出前授業)	小学生1～6年生	○		○				○		○	<ul style="list-style-type: none"> 本物に触れる機会を持つ
8	料理研究家、シェフ	小学校(出前授業)	小学校3、4年生(9～10歳)	○	○		○				○	○	
9	企業	不明	子ども～高齢者		○		○				○		
10	シェフ	小学校(出前授業)	小学校高学年	○		○		○	<ul style="list-style-type: none"> 本物を味わう体験 	○			<ul style="list-style-type: none"> 本当に美味しいものを食体験させ味覚の発達を促す 地元の食文化・風土に誇りを持たせる
11	シェフ	小学校	小学生		○	○		○					<ul style="list-style-type: none"> 日本料理の良さ、食文化、食の大切さ だしの魅力 おもてなしの心 作り手に対する感謝の念を伝えること

参考文献

- 1) 食育基本法：平成十七年法律第六十三号
- 2) フランスの食育政策（2008）：在日フランス大使館ホームページ
<http://www.ambafrance-jp.org/spip.php?article 2293>
- 3) 戸川津子「フランスの小学校教育における食育—味覚教育と栄養教育の取り組み—」、『BERD』15、2009、40—45
- 4) 内坂芳美『しょっぱい。すっぱい。にがい。あまい。こどもの五感をめざめさせる「味覚の授業」』、合同出版、2007
- 5) 三國清三「全国にひろがる「味覚授業」「食育」の基本は、味覚を育てること（特集 食育は進むか—大人の食育・子供の食育）」、『食の化学』335、2006、40—44
- 6) 「味覚の一週間」ホームページ：<http://www.legout.jp/>