知ろう❣考えよう❣食（消費）★農（生産）★暮らし方

今年の夏はとても蒸し暑く
突然の豪雨など気候変動が激しい毎日でした
地球も 46 億歳
昔から大事にしてきた自然との共存を考え
どうしたら年をとった地球と仲良くできるか
食（消費）と農（生産）を通じて
自分たちができる事を考えていきましょう

わたしたちの食べ物はどこからくるの？

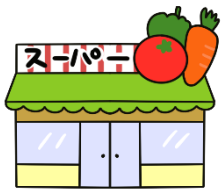
毎日、口にする食べ物が私たちのところに届くまでには、生産・加工・流通など様々な過程があり、それらはたくさんの人の手によって支えられています
豆腐を例に考えてみましょう。昔は必ずと言っていいほど地域に 1 軒はお豆腐屋さんがありました。お豆腐屋さんから直接買うと運搬費が節約できます
問題なのが、日本で作っている大豆の自給率は全体で 6%、食品用では約 20%です
大豆に限らず日本は輸入大国

豆腐の例

輸入大豆はほとんどが食用油や家畜の餌

大豆を作る農家さん➡豆腐屋さん/豆腐にする食品工場➡スーパー➡消費者

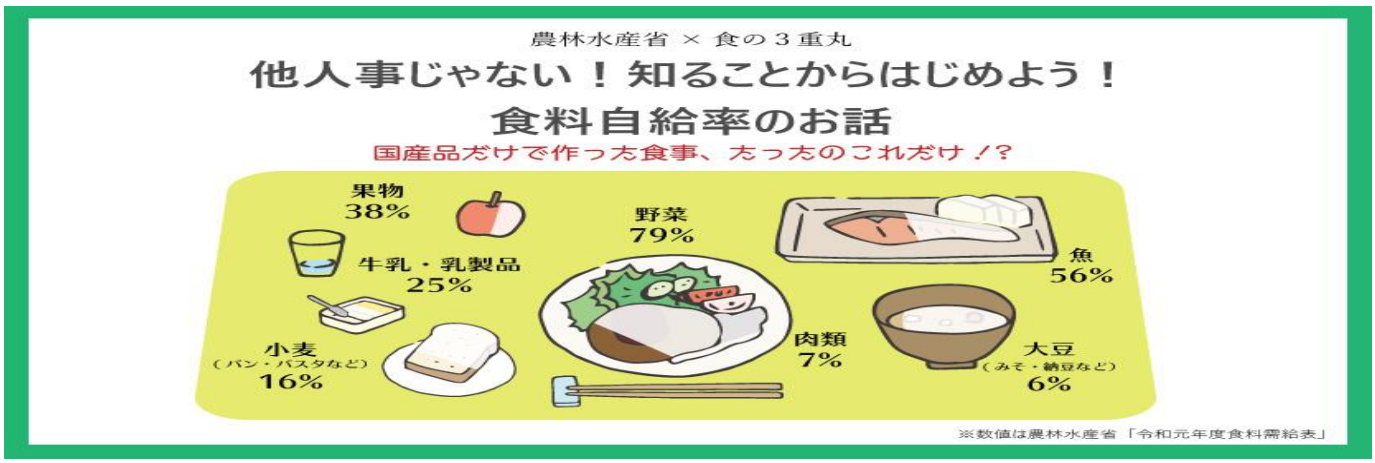
消費者



日本の食料自給率（カロリーベース）38%

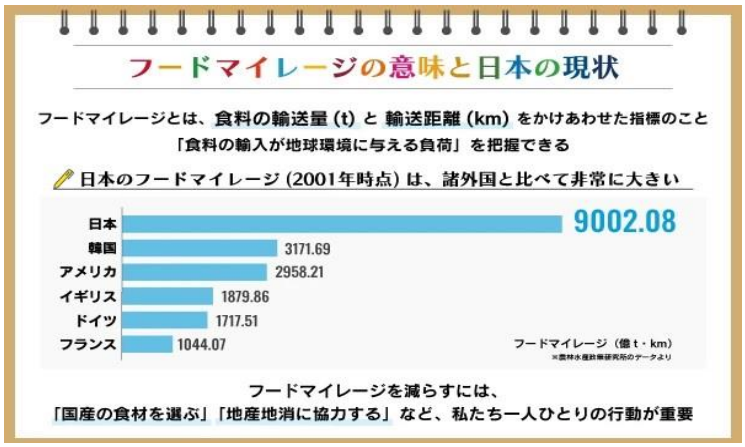
埼玉県 10%千葉県 24%東京 0%神奈川県 2%（農水省令和 4 年度データー）

食料自給率とは国内で消費者された食料のうち、国内で生産されたものの割合
日本は、自給率が 38%、残りの 62%は海外からの輸入で食料を賄っています



食料自給率 38%残り 62%が海外からの輸入！
食料自給率が低いと何か生活に影響があるの？

輸入のデメリット①
フードマイレージが大きい（地球温暖化への影響）

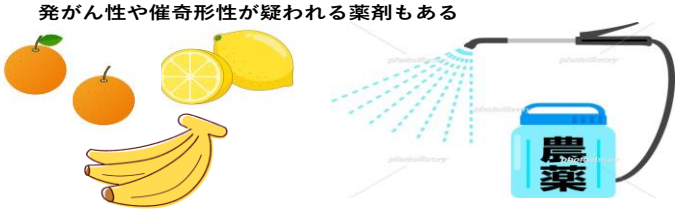


輸入デメリット②フェアトレードの問題

発展途上国との貿易において、フェアなトレードをすること。輸出する国と輸入する国が公平に貿易がなされていない不公正・不平等な現実あること。生産者に不利な条件を押しつけて取引した場合に、生産者はより安価な農薬を使用しこれにより土地がやせ、環境への悪影響を及ぼす

輸入のデメリット③
ポストハーベスト（収穫後の農薬散布）

輸送中に発生するカビなどの影響を防ぐために農薬が散布される
発がん性や催奇形性が疑われる薬剤もある



輸入のデメリット④バーチャルウオーター

（仮想水）食料を輸入する国がその食料を自国で生産した場合に必要となる水です。食料の輸入は他国の水を輸入していること

輸入のデメリット⑤
遺伝子組み換え食品が多い

買い物をする時は
食品表示をよく見て
買いましょう
遺伝子組み換え食品は
農薬や化学肥料を使用
加工品は食品添加物も多い

輸入のデメリット⑥価格の安定がない 👆

オーガニック（有機）給食について学んだこと

オーガニックの会が考える　食料自給率アップ

① 自給率100%の米を見直す
② 国産の食材を優先して買う
（安い輸入品にはわけがある）
③牛肉、豚肉、鶏肉の
（トレーサビリティを知ろう）
④地産地消の推進
⑤日本古来の和食の生活習慣
⑥有機農業への取り組み
（農業を大切にする）
⑦オーガニック給食の促進

有機農産物はおいしくて栄養がある

有機農産物（オーガニック食材）
は、化学肥料を使わないため、
土壌中のミネラルを豊富に含み、
抗酸化力が高い食材です
ミネラルのなかでも、
亜鉛とマグネシウムは子どもの身長を伸ばし、
免疫を維持するために重要なミネラルです

文科省の学校給食法（学校給食法は素晴らしいので見直そう）

学校給食はすべての児童生徒に対して実施するものであり、その食材には安全性が厳しく求められている

学校給食法第9条第1項に規定する学校給食衛生管理基準においても、食品の選定において「有害なもの又はその疑いのあるものは避けること」と定められている

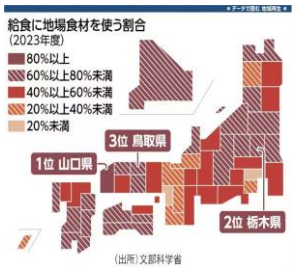
また同基準に置いて

「有害もしくは不必要な着色料、保存料、漂白剤、発色剤その他の食品添加物が添加された食品（中略）については使用しないこと」と定められており、食品添加物の摂り過ぎによる味覚、肝臓、自律神経、免疫力、ホルモンバランスの影響や、農薬の不適切な使用による食材への影響については課題も指摘されている

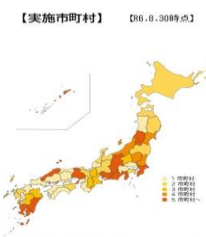
食の貧困社会を学校給食でカバーする（オーガニック給食の促進）

- 学校給食のない月のこども達の体温が下がる
- 1日1食の学校給食で栄養を摂っている子どもたちが増えている
- 発達障害や食物アレルギーのこども達が近年増加
- 農薬は有機食品1ヶ月でデドックスできる実験結果の新聞記事（2019/7/1朝日新聞）
- わたし達の身体は食べたものでできている。食べものを変えると、良い変化が起きる

農水省も有機農業を推進する政策を始めています（農水省のオーガニックビレッジ事業）



オーガニックビレッジ宣言市町村



都道府県	市町村
北海道	②（安平町、旭川市）
青森県	②（黒石市、五戸町）
岩手県	②（花巻市、一関市）
宮城県	④（登米市、栗原市、大崎市、加美町）
秋田県	①（大潟村）
山形県	②（米沢市、鶴岡市、新庄市、川西町、山形市、酒田市、高畠町）
福島県	②（二本松市、喜多方市）
茨城県	④（常陸大宮市、石岡市、笠間市、かすみがうら市）
栃木県	④（小山市、市貝町、塩谷町、栃木市）
群馬県	③（甘楽町、高山村、みなかみ町）
埼玉県	②（小川町、所沢市）
千葉県	⑥（木更津市、佐倉市、神崎町、成田市、いすみ市、多古町）
神奈川県	②（相模原市、小田原市）
山梨県	①（北杜市）
長野県	⑥（辰野町、松川町、飯田市、飯綱町、伊那市、佐久市）
静岡県	⑥（掛川市、藤枝市、川根本町、静岡市、富士宮市、伊豆の国市）
新潟県	④（佐渡市、新発田市、五泉市、阿賀野市）
富山県	②（南砺市、富山市）
石川県	②（珠洲市、羽咋市）
福井県	①（越前市）
岐阜県	②（白川町、飛騨市）
愛知県	⑥（東郷町、南知多町、岡崎市、大府市、美浜町、武豊町）
三重県	③（尾鷲市、名張市、伊賀市）
滋賀県	③（甲賀市、近江八幡市、日野町）
京都府	②（亀岡市、京丹後市）
大阪府	②（堺市、泉大津市）
兵庫県	⑨（豊岡市、丹波篠山市、養父市、丹波市、淡路市、神戸市、朝来市、加東市、上郡町）
奈良県	③（宇陀市、天理市、山添村）
和歌山県	①（かつらぎ町）
鳥取県	①（日南町）
島根県	⑤（浜田市、大田市、邑南町、吉賀町、江津市）
岡山県	①（和気町）
広島県	①（神石高原町）
山口県	①（長門市）
徳島県	②（小松島市、阿南町）
香川県	①（三豊市）
愛媛県	①（今治市）
高知県	①（馬路村）
福岡県	①（うきは市）
佐賀県	②（上峰町・みやき町）
長崎県	②（南島原市、雲仙市）
熊本県	③（南阿蘇村、山都町、菊池市）
大分県	③（佐伯市、臼杵市、豊後高田市）
宮崎県	⑤（綾町、高鍋町・木城町、久乃の市、宮崎市）
鹿児島県	⑤（南さつま市、湧水町、南種子町、徳之島町、龍郷町）

※公表の許可があった市町村のみ掲載　※R6新規は下線

【オーガニック給食】が目指すものは、有機JASとはイコールではない

【オーガニック】は、
【全ての生命を幸せにする仕組み】
【有機】は、
【天地に機（自然の摂理）有り】
からきている

農家さんに感謝

地球温暖に伴い異常気象が続く日々
その中での農作業を頑張っている農家さん

本当にありがとうございます
いつまでも美味しいお米が食べたい
学校給食を通じて地産地消の推進
農薬の残留基準と子どもの食の安全基準をリンクさせた国の政策の要望
食の貧困から子どもたちを守るのは大人の責任
安心して毎日食べられる健康な食をこども達へ
学校給食は市民のおもいで変えられる

子ども達と農業を守れるのは市民と自治体

和光市の農業

和光市の農家さんも年々減少している
令和2年度１２９件（統計わこうより）
農家さんの高齢化や後継者不足などで年々減少している

表１　農家数・農家人口・経営耕地面積（農業経営体・総農家等）

各年２月１日

年次		平成12年	平成17年	平成22年	平成27年	令和2年
総農家数（戸）		237	224	214	172	129
農家人口（人）		1,167	975	-	-	-
経営耕地面積（ha）	総数	141	110	105	81	58
	田	6	3	4	1	1
	畑（樹園地を除く）	130	103	96	76	54
	樹園地	5	4	5	4	3

資料　農林水産省　農林業センサス

（注）平成22年以降の調査では、農家人口の集計は廃止

和光市の農業は「都市農業」と呼ばれて生産地と消費地が近いことが特徴

近場で採れたて野菜が食べることができる

野菜の販売だけではなく、産地が近いことを活かし、野菜の収穫体験や、園児や小学生の農業体験授業などの活動にも取り組んでいます。産地直送！軽トラ市もやってます

和光市農業委員会

農地は食料生産や環境維持費のために、将来にわたって残していかなければならない国の財産です。農地をきちんと使ってもらうためにある組織です。法律に基づいた仕事、農地のパトロール。さまざまな公の会議への出席

地域の農家さんの相談役

越後山ポタジェガーデン

和光市南１丁目

（朝霞宮戸にもあります）

和光市南の越後山公園近くの住宅街に
お花やお野菜が季節ごとに
綺麗に育っている畑があります
可愛らしい看板にポタジェ（フランス語で家庭菜園）
管理運営者は（株）平成まちづくり研究所さん
４年前に、「地域の喜ばれる農地」って何だろうと
議論を重ね、今の形態になりました
近所にお住まいの方を中心に有料で会員になって
頂き畑で好きな時に収穫などを楽しんでいただけるシステムです
会員との連絡はラインを利用し、収穫情報や草抜きなどのお願いをしています
現在、２７世帯が利用されているそうです。　有機、無農薬栽培畑
初心者にとっては、ハードルが高い農作業。このシステムはお試しでいいですね。
畑を存続させるシステムはうれしい限りです❤
まちが緑と花でいっぱいになるのはステキです❣　平和の象徴です❣

💛オーガニックの会が気になる畑と食べものやさん💛

有機野菜、減農薬、無農薬栽培の農家さんを訪問しました

清水農園さん和光市白子３丁目

３月に訪問しました。気さくなご主人様と
パパっと何でもこなす奥様。本当に仲良しのご夫婦で
お野菜にもその味がでているようです
奥様に美味しい手作りのおやつを食べさせてもらいました
白子も本当に広く、白子３丁目のスーパーベルクさんの
近くにある大きな畑でした
（ベルクさんでもお野菜販売しているそうです）
Q&A でご紹介いたします❣

Q どういう思いでお野菜を作っていますか？ A. 自分でおいしいと思う野菜作りをしています。結果、有機栽培や減農薬野菜になっている。丹精込めて野菜作りはしているが、おいしさも野菜も生きもの、天候に左右されるし時期によってはおいしさも違う。野菜の旬も栽培の方法などで変化している。年中食べられるものの時代。自分自身の農園の置かれている条件を鑑みて野菜作りをしています。	Q お野菜の栄養価は、慣行栽培でも変わらないと聞いていますが、スーパーで一般の野菜を購入するとおいしさが違うと思うのですが、 A.オーガニックの認証とかついていると安心感でおいしいと脳が感じるのではないでしょうか、慣行栽培のお野菜もちゃんと選べばおいしいものもありますよ。
Q おいしいお野菜の選び方がよくわかりません。見た目はきれいでも、美味しくないものもたくさんあります。子どもが食べてくれない野菜はおいしくないと思う A.選び方を学ぶことも大事ですね。トマトはおしりのところにスターマークがついていて、持つと質感が違う	Q.どうやったら新鮮でおいしい野菜に出会えるのか？ A. 農家さんと繋がる。自然食品のお店などで野菜を選ぶ。野菜の見る目を養う 清水農園さんではお野菜の宅配もしています ＳＮＳなどで発信していますので検索してみて

近場の農家さんと仲良くする！地産地消の推進

食堂　かぶら（料理人と菓子職人のお店）和光市白子 2-3-16

営業日　木　金　土　日　営業時間　１５時～22 時（２１時 30 分ラストオーダー）現金のみ取扱
20 代のシェフとパテシェ、素材にこだわり自分たちが食して美味しいと思うものしかださない
各地で修行して地元和光市に
お店を４月にオープンしたばかりです
営業時間が 15 時から、スィーツと珈琲、
夕方からはお任せメニューの創作料理　心を込めて作ったお料理を
食べて元気になって帰ってほしい❣とかぶ好きなオーナーのお話でした

SHOKUDOU_CABURA

ひとりひとりが意識することで地球はかわる

早寝早起き

早く寝ることで電気の節約になり、さらに健康的な生活を送ることができる

水をたいせつに

シャワーや歯みがきのときに水をこまめに止め、限りある資源をたいせつにしよう！

プラグをこまめにぬく エアコンの設定温度を見直す

家庭の電力消費の約5%が、使っていない家電製品にかかる待機電力。！　エアコンの設定温度を夏は28℃、冬は20℃を目安に。無理のない範囲で見直してみよう！

食べ物を残さない

世界の食料事情に目を向けるとともに食品ロスを減らそう！

ごみの分別

ごみをきちんと分けることで資源のむだを減らし、地球環境への負担を減らそう！

ごみを持ち帰る

動物や植物など生物の多様性を守り、豊かな森や海、自然を未来に残そう！

必要のないものを買わない

買い物の際に本当に必要なものかを考えることで、食品ロスやごみを減らせる。

いらなくなったものを再利用する

不用なものを捨てるのではなく必要な人に届けて、資源をたいせつにしよう！

マイボトルやマイバックを持参する

ペットボトルやレジ袋、プラスチックごみを減らし、地球環境を守ろう！

地元の食材を買う

地産地消を意識することで輸送にかかるエネルギーを減らし、地域を元気にできる。！

地球に優しい商品を買う

- サステナブル・ラベルを知り、環境や人に配慮した商品を選ぶ

いろいろな人と交流する

仲間はずれやいじわるをせず、いろいろな人と話し、遊び、友だちになる。