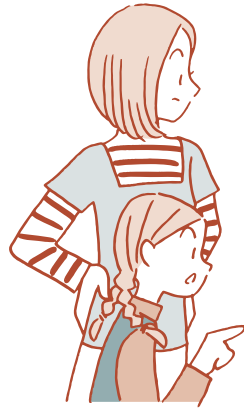
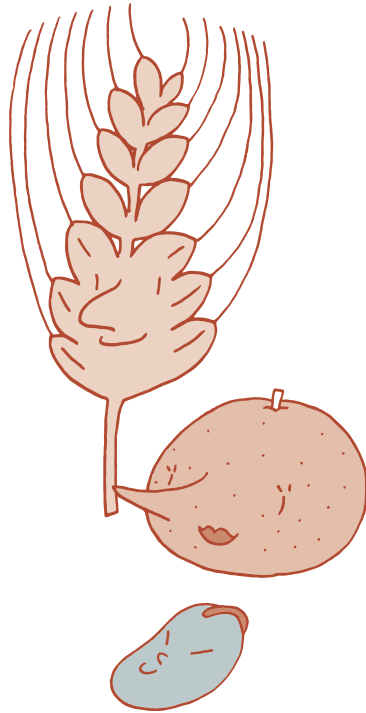


食料の自給率が40%を割るといわれる日本。米と一部の野菜以外は、輸入に頼らざるをえないとなれば、最近のニュースではないけれど、どうしても生産国の安全管理が心配になってきます。食料は、どこで、

どんなふうで作られているの？そんな疑問から、食の安全性を考えることも、お子様にとっての大切な食育です。

**作っている人の顔は？**

日本は世界でもトップレベルの食糧が豊富な国。しかしそれは見せかけだけの豊かさです。平成18年度、日本の食料自給率は



**どこで育ったの？**

カロリーベースで39%となり、過去最悪の記録を更新。経済の豊かさとは裏腹に、日本の食料自給率は、先進国の中でも最低レベル。フランス132%、アメリカ118%と比較するとその差は歴然です。さらに作物別で見ると、パンや麺類の原料となる小麦の自給率が13%。味噌やしょうゆ、豆腐や納豆の原料となる大豆は5%。牛肉が43%、豚肉が52%。魚が59%。気がついたら、ほとんどが輸入食材というのが現状です。作り手は遠い海外、顔が直接見えません。私たちが食の安心を、有効に手に入れる方法はどこかにあるのでしょうか。

**育つ環境と見守る目。**

たしかに、海外からの食材や食品を、扱っている会社は数多く存在します。大切なのはその会社が、生産地や生産現場をきちんと管理できているかということ。たとえば牛肉の場合、どんな環境で、どんな飼育方法によって育てられているか、飼料はどんなものを与えられているか、検査は定期的に行われているか、加工の方法は、輸送の方法は...。安全の基準は、日本の国内と同じか、またはそれ以上の基準で

**第七回 役立つ食事作法**

**座礼**

座礼の種類には9種類があり「九品礼」といわれますが、日常的に使うのは以下の4種類です。



正しい正座の姿勢をとります。



手首と膝頭は一直線に。両手は八の字の形に。



指を軽く伸ばし自然に膝脇に下ろします。



上体を屈めて、敬意を表す深いおじぎです。



手を両膝の脇に。手のひらが畳につく状態です。

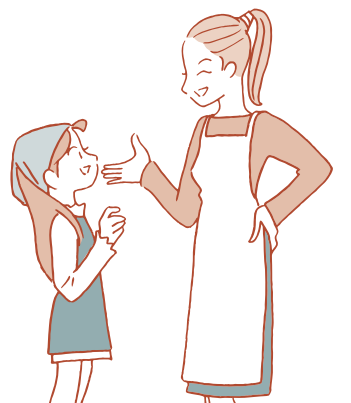


育て方や飼育の仕方まで、しっかり管理しています。

守られているか。そうした私たちが気になる点を、厳しく管理できている会社の商品を選ぶこと。それも、今の時代に必要なたんぱく質といえます。

**食料問題は、食育の3本柱のひとつ。**

国内自給率の低い日本は、食料の輸入を余儀なくされています。そこで大切なのは、上手な食品選びです。食料問題は、選食力やしつけと並ぶ食育の大切な柱ですから、ぜひ、いちどお子さまといっしょに食料問題について話し合ってみてください。今日の晩ご飯の材料はどこの国でつくられたのか。どうやって日本にやってきたのか。それをひとつずつ積み重ねていくことで、選食力は養われ、食への感謝や喜びを養うきっかけにもなります。私たちシュガーレディは微力ながら、安心安全な食の提供を通じて失われていく真の食の豊かさを守り伝える活動に、これからも尽力したいと思います。



シュガーレディ  
代表取締役会長  
**佐藤啓次郎**