

子どもたちや若者に、食生活の大切さや学ぶことの大切さを伝えたい

【Efy—Education Food Yell 代表理事 坂本 星美氏】

Efy は子どもたちや若者に健康的な食生活の大切さや学ぶことの楽しさを伝えることを目的とした団体です。

現在の運営メンバーは、天使大学、札幌大谷大学、北海道大学で構成されており、栄養学科、地域社会学科、デザイン学科、文学部、教育学部、工学部とバラエティに富んだ学部・学科に所属しています。メンバーはそれぞれ活動していましたが、「北海道の未来を担う子どもたちや若者を食と教育で支援したい」という共通の目標を持っていました。若い世代に向けて、より充実したプログラムで継続的に支援を行うため、同じ思いを持ったメンバーが一堂に会し、Efy の結成に至りました。現在実施している主な活動は、以下の 3 点です。

#### 【いろは塾】

「いろは塾」は、大学生と一緒に朝ごはんを食べながら勉強をする「朝塾」という取組をした時に、参加していた中学生の「先生や親より年長的に近い大学生から聞く話は、自分事として感じる」という感想からヒントを得て始めました。

メンバーがそれぞれの専門を生かしたアクティブラーニング形式のワークショップを行い、学びの楽しさに気付くきっかけを提供します。そして、天使大学栄養学科の学生が考案したごはんをみんなで食べながら交流し、先生や親よりも年齢の近い大学生から勉強や進路の話聞くことで、自分の将来を主体的に考えるきっかけを提供しています。



#### 【らくっきんぐ】

社会の夜型化やライフスタイルの変化に伴い食習慣が大きく変容し、食生活の乱れによる生活習慣病の増大が社会問題となっています。特に 20 代男性で毎日朝食をとる割合は 39.5%と、朝食欠食の比率が高いことが問題となっています。Efy では、この状況を何とかしようと「らくっきんぐ」を始めました。「らくっきんぐ」は食の大切さや栄養面について学びながら、簡単に楽しく作れる大学生のためのお料理教室です。若いうちから正しい食の知識を身につけることで生活習慣病の予防をすると同時に、友達をつくったり、悩みを解決する場を提供しています。



### 【ちびカフェ】

子どもたちに、料理の楽しさや働くことの楽しさを知ってもらいたい。そんな思いではじめたのが「ちびカフェ」です。

「ちびカフェ」は子どもたちが1日店員となって、お父さんやお母さんをおもてなしするイベントです。事前にあいさつ等の接客の方法を学んだり、みんなで会場の飾り付けをして準備します。カフェがオープンすると、子どもたちが実際にお父さん、お母さんから注文をとって調理し、料理を振る舞います。

みんなで協力して楽しみながら料理や働くことの楽しさを感じることをねらいとしたイベントです。



子どもたちや、若者世代に近い私たちメンバーの武器は「親近感」です。この絶妙な距離感を利用して子どもたちや若者に向けて食や教育の活動を行い、活発な世代間交流と若者の意識変化に貢献します。Efyには、様々な大学、学部・学科のメンバーが在籍しており、各自の得意分野を活かしたプログラムを実施先のニーズに応じて創り上げ、当日の運営を行っています。また、多方面と大学生のつながりをつくるお手伝いをすることができます。

今後は、NPO法人格を取得し、地域課題にコミットした活動を継続的に行います。また、地域コーディネートを行います。私たちが商品開発、レシピ提案、デザイン、HPなど、さまざまな手段で地域活性のお手伝いをします。

なお、土に触れる機会の少ない都市で暮らす子どもたちに、畑で“命の循環”を伝える食育プログラム「Efy Farm」が2018年より始動予定です。

教育・ライフスタイルが大きく変化している今だからこそ、北海道に住む若い世代に向けた食と教育に関する事業を行い、Efyの活動を通して少しでも多くの子どもたちや若者の生活が健康で豊かになり、北海道の明るい未来につながることを願っています。