

# 「豆苗」で野菜嫌い克服

## 体験型食育プログラムを開始

村上農園

スプラウト生産の最大手である村上農園(村上清貴社長、広島市佐伯区)は、豆苗を使った食育プログラムを開始した。野菜嫌いな子どもたちが約1か月かけ、自ら豆苗を育てたり、食べたりしながら野菜嫌い克服を目指すもの。

豆苗は味にクセがなく、シャキシャキとした食感と甘さが子どもに好評。さらに、調理はもちろん再生栽培が簡単で子どもたちが身近に親しめる野菜であること

とから、野菜が苦手な子どもへの苦手意識克服に最適な教材だと着目した。

プログラムは、食育に詳しい料理研究家の浜田陽子さんをアドバイザーに迎え、豆苗を食べたり育てたりする体験型の食育プログラムを開発。首都圏で小学生を対象にモニターを募り、1か月間、「食べる」「育てる」「調理する」学ぶ「体験する」の5つのステップに挑戦する。

第一期生の野菜が苦手な小学生と保護者11組が、国内最大の同社豆苗工場(山梨県北杜市)を見学。2011年に稼働した同工場を小学生が見学するのは今回が初めてで、普段は入ることができない施設を見学した子どもたちは、初めて見る風景に興奮したようだった。

その後、豆苗の収穫体験も行った。同社独自の「根がらみ栽培」で育てられた豆苗は、育成容器から収穫する際には、かなり力が必要なため、力を込めてちりと引き抜いたときには「採れた!」「やったー」と、歓声があがった。

参加者は今後、自宅で豆苗を育てながら、料理のレシピや食事の様子を交流サイト「フェイスブック」で共有。他の参加者の様子をうかがったり、浜田さんのアドバイスをリアルタイムで受けるなど、子どもたちの野菜嫌いを克服していく。「子どもの野菜嫌いは、家族など周りの環境によって左右されることが多い。家族全員が意識することで、子どもの視点が変わり、野菜に興味を持つようになる。そうするとある日突然、嫌いだったトマトが大好きになつたりします」と、これ

太陽光で緑化させる緑化場を見学する参加者(上)豆苗を収穫し、パッケージにめるまでを体験  
~~~~~  
たちに達成感を感じさせていくプログラムが特徴だといふ。  
見学会の最後に子どもたちに向け「私は、今までにくさんの子どもたちの野菜嫌いをなくしてきました。野菜にいっぱい触れることで、だんだんと「野菜が好き」と、感じられるようになっていきます。これから1か月間、みんなで一緒にがんばりましょう」と、メッセージを送った。

