

【地域教育実践報告】

# 食育に貢献する小規模ぶどう農園をめざして

## ——リーフレットの作成——

平岡翔太\*・堀由美子\*\*・内田博之\*\*\*

キーワード：小規模ぶどう農園、食育、リーフレット、茨城県小美玉市、健康日本21

### 1. はじめに

日本の農業経営は、家族単位あるいは一人で営む小規模農業の割合が非常に高い。小規模農業は、日本を含め他の先進国においても、食料生産の主要な農業形態となっており、経済効果や特産品の生産のみならず地域の雇用の創出といった側面でも重要な役割を担っている。近年、日本の小規模農業は、健康や食へのこだわりを持つ人々の増加により注目されている。健康日本21（第二次）の最終評価によると日本の果物摂取量は依然として低く、果物摂取量の増加を促す食育活動が必要である。そこで、茨城県小美玉市に位置する小規模ぶどう農園『グレープガーデンやま』のリーフレットを作成し、その取り組みを通して「食育に貢献する小規模ぶどう農園」の活動について考察した。

### 2. 活動方法

#### 2.1 農園の特徴

山健二氏を代表とする『グレープガーデンやま』は、茨城県小美玉市に位置する小規模ぶどう農園である。当農園は、年間を通じて、信念を持って丁寧にぶどうを栽培し、直売および宅配で販売している。農地は、約2反3畝、1,380坪であり、ビニールハウスが10棟設置されている。シャインマスカットを主として、他に5種類のぶどうを栽培し、毎年8月中旬から9月にかけて出荷している。

#### 2.2 リーフレットの作成と配布

山氏と対面およびZoomアプリケーションによるオンライン面談により、複数回の聞き取り調査を行い、「食育に貢献する小規模ぶどう農園」をコンセプトとするリーフレットを作成した。リーフレットには、生産者情報として生産者の紹介、栽培エリア、こだわりの栽培方法、ぶどうの美味しい食べ方、保存方法および購入方法について明記することとした。作成したリーフレットは直売時に配布し、購入者から直接リーフレットの内容について感想を聞いた。

---

\* 城西大学薬学部医療栄養学科予防栄養学研究室配属4年生

\*\* 活水女子大学健康生活学部食生活健康学科教授（元 城西大学薬学部医療栄養学科予防栄養学研究室准教授）

\*\*\* 城西大学薬学部医療栄養学科予防栄養学研究室教授

### 3. 活動結果

#### 3.1 リーフレットの作成

リーフレットに掲載した情報とその根拠は以下の通りである（図1）。

- (1) 生産者情報：屋号、代表者氏名、自宅兼オフィスおよび農園の住所、FAX 番号を記載した。なお、電話番号（タイミングのよい対応が難しい）と二次元コード（作成・情報集約が不慣れ）等の情報は、山氏の希望により記載しなかった。
- (2) 栽培エリア：茨城県内の小美玉市の位置関係がわかりやすいように、住所および地図を記載した。農場で栽培状況を見学しながら購入したいというニーズを視野に入れた。
- (3) こだわりの栽培方法：十分な甘味と適度の酸味が得られるように、根域制限と畝立て栽培を行っていることを記載した。また、栽培状況がイメージできるよう、木に実ったぶどうとビニールハウス、圃場の写真をレイアウトした。
- (4) 美味しい食べ方・保存方法：購入者にわかりやすいように、次の①～④を記載した。
  - ① 喫食者の年齢を考慮して、ぶどうをナイフで四等分に切ってから食べること
  - ② 日光に当たりやすい枝元の方が甘いことから、房の先から枝元にかけて順番に味の変化を楽しみながら食べること
  - ③ 冷蔵庫で保存中、だんだん酸味が弱くなり、甘味が増すことから、7日ぐらいかけて少しずつ味の変化を楽しみながら食べること
  - ④ ぶどうを保存するときは、枝を2ミリ程度残してキッチンばさみで切って房から外し、ジッパー付き保存袋に入れ、冷蔵庫の野菜室に保存すること
- (5) 購入方法：山氏は、甘味や酸味、完熟度など購入者の好みをヒヤリングし、希望にマッチしたぶどうを販売することが理想とのことで、対面販売を基本にしているが、購入者情報をFAXで受けた後、宅配便で配送する場合もあることから、FAX 番号を記載した。

#### 3.2 リーフレットの評価

作成したリーフレットは直売時に配布し、対面販売による購入者6名から直接リーフレットの内容について感想を聞くことができた。リーフレットに対する感想を表1に示した。

表1 リーフレットに対する感想

購入者	感想
A様	こだわりの栽培方法が写真で見ることができるとともに、栽培状況のイメージが付きやすい。ぶどうを食べることに安心感がある。
B様	高齢の自分と孫と一緒に食べる人が多いので、四等分に切ることの記載は、優しさを感じる。
C様	房を意識した食べ方、保存中の甘味と酸味の変化は、ぶどうを食べることに興味がわいた。
D様	今までぶどうをむしって冷蔵庫に保存していたが、今後は、枝を2ミリ程度残して保存するようになりたい。
E様	糖尿病なので、一回当たりどのくらい食べても大丈夫か目安が書いてあると良いです。
F様	実際に味見をして、甘味と酸味の違いが確認できた。

## 4. 活動のまとめ

本研究は、現代の管理栄養士の職能教育の多様性や広範にわたる栄養ケア活動の状況を踏まえ、城西大学薬学部医療栄養学科（管理栄養士養成施設）予防栄養学研究室の卒業研究テーマとして企画・実施した。

日本の農業経営は、全経営のうち団体経営が3.6%、個人経営が96.4%であり、家族単位あるいは一人で営む小規模農業の割合が非常に高い<sup>1)</sup>。小規模農業は、日本を含め他の先進国においても、食料生産の主要な農業形態となっており、経済効果や特産品の生産、地域の雇用の創出といった側面で重要な役割を担っている。国際連合は、2019年に「家族農業の10年（2019年～2028年）」を定め、飢餓の撲滅や健康状態の改善、食料安全保障の確保などの役割を有する家族農業の推進を促している<sup>2)</sup>。近年、日本の小規模農業は、健康や食へのこだわりを持つ人達のSocial Networking Serviceなどの媒体を介した情報発信がトリガーとなって、生産履歴（生産者の名前や顔・栽培方法・育成履歴）や生産者の想い、こだわり等の提示によって関心を集めている<sup>3)</sup>。一方、健康日本21（第二次）の最終評価によると、日本の果物摂取量は1日あたり100g未満の者の割合が約60%、0gの者の割合が約40%であり、依然として低いままである<sup>4)</sup>。生活習慣病の予防の観点からは、果物の摂取量は1日あたり200gが推奨されており、果物摂取量の増加を促す食育活動が必要である。そこで本活動では、茨城県小美玉市に位置する小規模ぶどう農園の『グレープガーデンやま』の「食育に貢献する小規模ぶどう農園」をめざしたリーフレットの作成を通して、食育に貢献する小規模ぶどう農園の活動について考察した。

リーフレットには、農園代表者の希望を考慮し、生産者の情報、栽培エリア、こだわりの栽培方法、美味しい食べ方、保存方法および購入方法について明記した。今回は直売時にこのリーフレットを配布し、リーフレットに対する感想をその場で得たが、いずれも高評価であった。また、糖尿病等で食事療法を行っている人向けの情報を含める必要があるという課題を見出すことができた。今回は直売・宅配購入の両者に対して、より詳細なアンケート調査ができなかったため、次のシーズンには実施したいと考えている。

大規模農園に比べて小規模農園のメリットは直売方式で利益率が高く、生産者の信念に基づいて、適切な栽培管理のもと、味覚にこだわった品種を選び、美味しさがピークの状態タイミングよく顧客に届けられることである<sup>5)</sup>。一方、小規模農園のデメリットは栽培面積当たりの労働者数が非常に少ないために、長時間労働になりやすく生産効率が抑制されることである。特に、定期的な散水、追肥、温度管理（ビニールハウスの開閉）をはじめ、剪定、芽かき、摘心、摘粒、カサかけ・袋掛け、収穫の各時点と出荷準備時の労働負担が非常に大きいことが課題とされる。例えば、散水、追肥、温度管理だけでも自動で環境制御できると理想的だが、小規模農園にとっては設備投資が大きく導入しにくい<sup>6)</sup>。これらのことから、農繁期の農園に農業体験として購入者に参加してもらう体制が整えられれば、自然体験や食農教育としての機会だけでなく生産者の労働量低減にも効果的であると考えられた<sup>7)</sup>。今後、食育に貢献する小規模ぶどう農園『グレープガーデンやま』には、食を支える根本である農業や地域に関わる自然体験や食農教育に加え生産者の労働量低減が期待できる購入者参加型の

「ぶどうの樹の食農教育オーナー制度」の取組が望まれる。

本活動にあたり、始終丁寧にご対応いただいた『グレープガーデンやま』代表の山健二氏に深く感謝申し上げます。

図1 『グレープガーデンやま』のリーフレット



参考資料

- 1) 農林水産省. 農林業センサス (2020)『第2巻農林業経営体調査報告書-総括編- 農業経営体』.
- 2) 国際連合 (2019)『国連「家族農業の10年 (2019-2028)」世界行動計画』.
- 3) 青山郁子、朱驊、小山慎一、和田有史、日比野治雄 (2016)「生産者情報の「見える化」が食品の心理的安全評価・品質の評価に与える効果」『消費者行動研究』23 (1), 47-60.
- 4) 厚生労働省. 健康局健康課栄養指導室 (2023)『健康日本21 (第三次) について~栄養・食生活関連を中心に~』.
- 5) 竹村仁量 (2017)「ブドウについて」『果樹』71 (10), 24-27.
- 6) 本間貴司 (2022)「スマート農業技術の現地実証と社会実装 (II) 直売イチゴ経営におけるスマート農業技術を活用したデータ駆動型高収益経営体系の実証」『JATAFFジャーナル』10 (11), 34-37.
- 7) 松本航大、奥山洋一郎、枚田邦宏 (2019)「タケノコ生産における担い手確保の課題: 鹿児島県さつま町の事例から」『鹿児島大学農学部演習林研究報告』44, 17-22.