

食にかかわる専門家を支える NPO法人 食生態学実践フォーラム



〒169-0075 東京都新宿区高田馬場 4-4-2 尾上ビル 404
TEL: 03-5925-3780 FAX: 03-5925-3852

2007.4.2 Vol.12

E-mail: forumehf@zak.att.ne.jp
http://home.att.ne.jp/omega/syokuseitai/

■「食生態学」連続講座

2006.9～2007.2 連続 6 回

全米販食糧会館(東京都千代田区)

フォーラムとして、初めての試みである連続講座を実施しました。

6 回のテーマは、1 回「食事づくり行動とは」/2 回“食べる行動”をめぐる今、あなたが最大の問題点と考えることは何ですか? /3 回「食環境の図」/4 回「食環境の図」ツアー、「栄養教育、食育等の定義」/5 回「人間にとってよい食物とは」/6 回 気になる人へのメッセージ「食環境の図」ツアー II

参加者からは、日々仕事中心の生活になりがちですが、自分のための時間を規則的に作る事ができいい機会をもらえたこと感謝しています。図が書けなかったり、思うように文章で表現できなかったり、いろいろな壁にぶつかりましたが、この経験がとてもよかったです。/悩みを抱えての参加。糸口やきっかけが…という想いで参加しました。まだ、明確につかみきれない自分がいます。/何より「食」を考えるきっかけとなりました。今後の学び、支援のあり方に生かすことができると思います。/毎回、自分の課題に気づき、すべきことがクリアになり、今は難しくても、次にどこを目指すべきかを示していただきました。/「教材」としての献立の提供に努力し、今回確認できたことを実践し、変容が全体の動き似なるべく努力をしていきます。/今はじめている食育をどのように考え進めていくのかのベースができました。/マップも話を聞くのと実際に自分で作るのでは理論の度合いに差がありますね。先生がおっしゃられたように、マップを作るには作業しながらのディスカッションが必要だと感じました。マップ作りのための 2 回位の演習があるとより深まると思います。などの感想が寄せられました。

(運営委員:薄金孝子)

■名古屋研修会

「3・1・2 弁当箱法」で一食の目測力を育てる
2007.2.2

長久手町保健センター(愛知県愛知郡)

名古屋学芸大学健康・栄養研究所と共催し、後援は愛知県栄養士会というネットワークのもと、名古屋で初めて研修会を開催しました。「3・1・2 弁当箱法」で目測力を育てる～メジャコンの登場で楽しく、実力アップ～と題して足立理事長の講演、その後「3・1・2 弁当箱法」に基づく弁当の詰め方を実習しました。

会場となった長久手保健センターの前には農協があり、長久手産の玄米をその場で精米してもらいご飯を炊きました。野菜も新鮮でお手ごろ価格なのが手に入り嬉しい限りです。メジャコンのリズムに合わせて、「主食が 3、主菜が 1、副菜が 2」に弁当を詰めると、スタッフの主食が不足!! あわてて、農協に”ごはん”も売っていたので、現地コーディネーターの西尾素子会員が買いに走ったひとコマもありました。

(運営委員:薄金孝子)



メジャコンに新しい仲間が登場!

主菜



レドン

主食



イエロン

よろしくネ!

副菜



クリン



■熊本研修会

「3・1・2 弁当箱法」で地域いきいき！

2007.2.25

ウィルケアデイサービスセンター「はなの丘」
(熊本県熊本市)

会場となったウィルケアデイサービスセンター「はなの丘」は、平岩扶巳代会員がオーナーであるデイケアサービスセンターです。平岩さんは、「高齢者おひとり一人の気持ちを大切に、昨日と同じでなく、今日の利用者さんをしっかりと見つめて、気持ちにぴったりなケアをしたい」と話をされていました。講義室、調理室、スタッフの対応、素敵な空間等とても素晴らしい会場でした。

「3・1・2 弁当箱法」で地域いきいき！と題した針谷副理事長の講義のあと、平岩さんのリードで、弁当の詰め方の実習、食べてみての評価、「弁当カード」で5日分の弁当を演習、最後に「そのまんま料理カード」を活用した地域における糖尿病食の食事支援法(薄金)と、盛りだくさんの研修会でした。熊本での初めての開催で、「3・1・2 弁当箱法」弁当箱、「そのまんま料理カード」、「そのまんまお弁当箱料理カード」の教材に対しての興味と関心の高さがうかがえました。

(運営委員:薄金孝子)



■食育プロモーターズ認定について

これまでに、既に述べ29名の方々にご参加いただいた「食生態食育プロモーターズ養成講座」。平成19年度も集中講座、並びに連続講座の形態で実施を予定しております。テーマなど詳細が決まり次第、HPなどでお知らせいたしますのでご覧の上、ふるってご参加くださいませ。

また、大変遅くなりましたが、認定・更新についての申請手続きの詳細を5月の総会時にお知らせできる運びとなりました。申請書、並びに要項をお渡しいたしますので、よろしく願いたします。

(理事:吉岡有紀子)

■「3・1・2 弁当箱法」弁当箱が各メディアで話題に！

「3・1・2 弁当箱法」弁当箱が2007年2月15日放送のNHK総合「おはよう日本」の「まちかど情報室」で取り上げられました。番組に出演した島原浩美さんは「JAワクワクおべんとう料理教室で「3・1・2 弁当箱法」を学び、毎日のご主人のお弁当づくりに役立っています。番組の中で「副菜というか野菜が増えたので体の調子が良くなったのではないかと思います。」という言葉が印象的でした。

また、2007年3月4日放送のNHKB S2にて放送された食育フォーラム「こうして伝えよう食の大切さ」にフォーラム理事長の足立己幸が出演し、「食とは食の循環全部が食だと思っています。食べるだけでなく、作るだけでも、生産だけでもなく全部がつながっていることが食であると考えています」と食育の大切さを訴えました。

(事務局:矢萩雅子)

●第4回総会について

第4回総会を開催いたします。正会員の皆様、ぜひご出席ください。

日時:5月26日(土)13:00~13:45

会場:東京女子医科大学

*詳細は同封のチラシをご覧ください。



●東京研修会のお知らせ

ケア・マネジメントの開発と活用

「栄養」と「食行動・食環境」の双方向から

日時:5月26日(土)14:00~17:00

講師:杉山みち子

(神奈川県立保健福祉大学教授)

足立己幸(当フォーラム理事長)

座長:尾岸恵三子

(東京女子医科大学看護学部教授)

会場:東京女子医科大学

*詳細は同封のチラシをご覧ください。

●「3・1・2 弁当箱法」弁当箱新サイズ好評販売中！

「3・1・2 弁当箱法」弁当箱は、今まで400ml、600ml、700ml、900mlの4種類のサイズでしたが、2007年1月から500ml、800mlの販売を開始し、多様なサイズに対応できるようになりました。500mlは2,100円(税込)、800mlは2,415円(税込)です(会員は2割引き)。パッケージも新しくなりました。詳しくはHPをご覧ください。



500ml



800ml

●2007年度会費振込のお願い

2007年度年会費のお振り込みをお願いいたします。会費のお振り込みは、同封の振込用紙(郵便局)か、下記銀行にて、5/15までにお振り込みをお願いいたします。正会員20,000円、賛助会員5,000円、学生会員3,000円、法人会員一口50,000円となっております。//三菱東京UFJ銀行・高田馬場支店・普通・1517770 特定非営利活動法人食生態学実践フォーラム