



# 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

## ■第1回「さかな丸ごとと食育」養成講師レベルアップ研修会 「さかな丸ごとと食育」の原点を再確認して、さらに地域性 や個性を生かした展開を！

姫路市保健所（兵庫県姫路市）

2016.10.24

10月24日（月）、姫路市保健所に足立己幸先生を講師にお迎えして、研修会が開催されました。当日は青空のもと、白鷺城こと姫路城を足立先生にご覧いただけたことを、大変嬉しく思いました。参加者は姫路から19名、加古川から7名、その他4名、水産振興会からの1名の計31名でした。

私たちがこの事業に参加させていただき、5年目になります。今回の研修会は原点に戻って、今後の展開を考える大きな指針になりました。特に、私たちが力を込めて実施してきた食事づくり実習においては、「料理づくり」とそれらを組み合わせた「食事づくり」は、密接な関連がありながら質的には異なった行動であること。料理がおいしくできることがゴールではなく、料理を食事に仕立てる段階が大切で、学習の目的にあった評価内容があることを再確認しました。

講義では、「さかな丸ごとと食育」の原点を探るべく「さかな丸ごとと探検ノート」について、1ページごとに制作者ならではの丁寧な説明がありました。例えば、「さかな丸ごと」という一つの言葉をとっても、「丸ごとさかな」か「さかな全部」「さかなみんな」など、いろいろ吟味された結果、「さかな丸ごと」になったという経緯を聞き、改めていかに真剣に、配慮されたワークブックであるかということを確認しました。そして、科学的にも芸術的にも優れた教材であることを納得し、制作者の深い思いのいくばくかでも継承できたらという思いが募りますと共に、この事業に関わっていることに誇りを感じました。

参加者からは、「探検ノートに込めた足立先生の情熱や思いを直接お聞きして、すぐれた教材にプラスして愛おしさが加わりました。また、ずっと立ってお話をされている足立先生の姿からパワーをもらいました」「次は何をしようか、というときに原点に戻る、ということを確認できてよかった。魚をさばけるということも大切ではあるが、それ以外に私たちが伝えていけることは何か？答えはこれから探していきたいと思えます」「今後、食育活動を行うときは魚を主菜とし、バランスのよい食事を提供していきたい」「さかな講座では学習者が主体、専門家は支援する関係にあり、常に科学的根拠をふまえた内容や表現を、重視することを忘れないようにしたいです」などの感想がありました。

最後に足立先生は、『さかな丸ごとと食育』はすぐに成果が表

れるものではなく、50年後、100年後にやっと成果がみえてくる壮大な活動で、革命ともいえるべきものです」と締めくくられました。

このように大きな枠組みを提供されたからには、自分たちがすすめる食育を再考し、それに合った連携ネットワークづくりに取り組み、わが地域の循環図づくりや、瀬戸内海のさかな探検ノート作成も手掛けられたらという希望がわいてきました。

このたび、第1回レベルアップ研修会を姫路で開催していただいたことについて、光栄に感じますと共に感謝いたします。今後とも、ご指導ご鞭撻よろしくお願いたします。

高野幹子（姫路地域活動栄養士会）

## ■第2回「さかな丸ごとと食育」養成講師レベルアップ研修会

東京水産振興会（東京都中央区）

2017.3.4

今年度から開始した「さかな丸ごとと食育」レベルアップ研修会の第2回目が、3月4日（土）13:00～15:00、東京水産振興会会議室で開催されました。「さかな丸ごとと食育」養成講師16名が参加され、専門講師など当フォーラムの運営委員や事務局を加えると22名が集まりました。

研修会の前半は、「さかな丸ごとと食育」専門講師（平本福子）による「魚と人間と環境の循環」を中心に、「さかな丸ごとと探検ノート」のねらいについて、循環の概念を理解するためには、学習者の地域の特徴的な魚種を教材にすると効果的であることを共有しました。

次いで、食育プログラムの計画・実施・評価については、「知識」「態度」「行動」「環境」の4つの食生態学の枠組みを用い、総合的にプログラムを評価することが必要である、評価項目は目的と対応する、PDCAサイクルできちんと整理してから事後評価（アンケート）を実施する必要があることを確認しました。

最後に、食育をすすめるにあたり、多機関との連携が重要であること、上手に連携するためのポイントについて話をしました。

後半は、参加者全員による意見交換が行われました。一人ずつ、養成講師として食育をすすめる上で、日頃の悩み、問題点などを発言しました。養成講師の方々からは、



「魚は入手が不安定なので大変」「幼児向けの教材がないので困っている」等、さまざまな声が聞かれましたが、参加者同士や専門講師を交えての情報交換は、各自が今後の方策を考える場となったのではないかと思います。

平本福子（さかな丸ごと食育専門講師、フォーラム理事、宮城学院女子大学）

## ■食生態学実践フォーラムの活動紹介

市民とNPOの交流サロン（東京都新宿区）

2017.3.9

フォーラム事務所から徒歩5分くらいのところにある、一般社団法人新宿NPOネットワーク協議会から、市民とNPOの交流サロンにおいて、食生態学実践フォーラムの活動を紹介してほしい旨の依頼がありました。区内で地域活動をしている方々との情報交換のよい機会になると思い、当フォーラムの紹介をしました。

この協議会は、新宿NPO協働推進センター内にあり、フォーラムはいつもここで、ニューズレターの印刷をしています。会議室を借りて研修会をしたこともあります。



以下は、チラシに掲載されたものです。

テーマ：“食”に関わる教育や活動を「食生態学」を活かして支援したい

開催日：2017年3月9日（木）18：45～20：45

内容：NPO法人食生態学実践フォーラムは、“食”にかかわる専門家を支える活動をしています。「地球上の子どもから高齢者まで、病気の人でも障がいがある人も、経済格差で厳しい人もすべての人々が、より健康で、生活の質を高め、さらにはそれぞれの立場で、地域性をいかした人間らしい社会形成に貢献すること」を願って、研修事業、教材開発事業、食育セミナー事業、情報発信事業を行っています。

当日は、これら事業のつながりを、「さかな丸ごと探検ノート」を取り上げて説明をしました。参加者は12名。後半の意見交換会では、「食育セミナー」で子ども自身がいきいきと食事づくりをしている様子やその運営に関心を寄せた人、「魚」の循環の理解が深まり、各自の「魚」体験やツボ抜きのコツを教える人、早速、身近な人に伝えたいことなどで話が尽きませんでした。

薄金孝子（フォーラム理事）

## ■食生態食育プロモーターズ養成講座

日本女子大学（東京都文京区）

2017.3.12

2016年度食生態食育プロモーターズ養成講座を、3月12日（日）10：00から、日本女子大学70年館6階の調理大教室で開催いたしました。「食にかかわる専門家」とそのネットワークづくりを願って、食育プロモーターズ養成の制度化をすすめてまいりましたが、今回の講座では、在宅栄養士の会の方や、生活クラブ等地域で食育活動をされている方が新たに参加してください、受講者12名で行いました。

今年度の講座は、「3・1・2弁当箱法」について学習すると共に、「3・1・2弁当箱法」の学習素材として食育カレンダーを取り上げました。

午前中は、「3・1・2弁当箱法」の5つのルールについて、改めてしっかりと学習しました。特に5つのルールの中でも重要なポイントである「しっかり詰める」について、針谷順子先生より、レクチャーしていただきました。また、弁当の詰め方についてデモンストレーションをしていただき、5つのルールを守りながら、美しく、おいしそうに詰めるポイントについて学びました。

参加者の方には、それぞれ持参した弁当箱の容量を確認すると共に、弁当の設計図を描き、料理を詰めていただきました。やはり、5つのルールを守りながら詰めてみると、皆さん悪戦苦闘されていましたが、しっかりと5つのルールを守って、それぞれとても個性の光る弁当ができあがっていました。せっかくなので、詰めたお弁当箱を、並べてそれぞれのよいところ、直すべきところ等、意見交換を行いました。

午後からは、自己紹介もかねて、それぞれが抱える食育に関する課題や、「3・1・2弁当箱法」を行うにあたっての疑問点等について、ワークショップを行いました。その中で、学習素材として今年の食育カレンダーのメニューについて、カレン



ダー制作のプロセス、食べる人側の条件や準備する人側の条件に対応した展開（メニューもメッセージも）等についても、一緒に考えました。

「改めて『3・1・2弁当箱法』がエビデンスに基づいているということを確認しました」「基本をしっかりと学ぶことの大切さを学びました」「参加者同士での情報交換ができました」等の感想が上がり、今回の食育プロモーター養成講座の目標が達成できたのでは、と感じました。

高増雅子（フォーラム理事、日本女子大学）

## ■フォーラム HP 「子ども食堂」食の Q&A 開設

今世界中、日本中で経済格差、健康格差、食格差等が連鎖的に深刻になる中、私たち NPO のねらいが“一人残らずすべての人々の人間らしい食”の実現であることから、NPO にとっても「子ども食堂」や世代を通じた「食からの居場所づくり」が、身近な緊急課題の一つのように思います。

そして、1983年に宮城県蔵王山麓の「ライブイン蔵王セミナーハウス 食生態学生活実験・実践施設」の開設以来積み重ねてきた、「子ども自身が構想し、実践する食事づくりセミナー」プログラムや教材を直ちに活用できる等、実力発揮・関係者共有のチャンス到来とも思います。

『「子ども食堂」食の Q&A』のシステムは、2016年5月の総会研修会「貧困の連鎖が深刻化するほど問われる、それぞれの食の自立、とりわけ食事づくり力とは？ その形成とは？」で議論された課題や、前記3年以上の食生態学の実践と研究の実績をふまえて、運営委員会で検討した内容です。

私は原案を執筆するにあたって、「食生態学」や「NPO 法人食生態学実践フォーラム」の最重要課題やメンバーの専門性・個性発揮の活動のあり方等について、具体的な展開例で確認する機会になりました。

ホームページの内容は、2017年度の総会研修会「当事者主体（寄り添った）の支援とは？ 今、なぜ必要か？」の基調講演者・湯浅誠教授が、「食の Q&A」の内容を早速ご自身の Facebook に「いいね」のマークを付して紹介して下さる等、いろいろの反響をいただいています。「これを読んで、日頃からフォーラムが、何をめざしているのかがよくわかった」という声も聞こえています。

会員それぞれの専門力や個性を発揮して、フル活用を期待します。

以下は、HP に記載している「子ども食堂」食の Q & A 開設の趣旨とコンセプトです。

全国各地で、多くの人々が、それぞれの目的や願いをもって「子ども食堂」等を開設し、活動をすすめています。今まで、私たちは現場から寄せられる悩みや課題解決についての質問を受け、個別に対応してきました。その量が多くなり、多様になり、

栄養・衛生など健康面についての深刻な課題も増加しています。

一方、そうした中で、改善の方向や方法に共通する点も多いことから、関係者で“「子ども食堂」等をめぐる悩みや課題解決、これからの方向や方法の検討”を共有し、それぞれの「子ども食堂」等の目的に向かって、前に進むよう「食からの専門支援」をしたいと話合ってきました。

そこで、私たち NPO 法人食生態学実践フォーラムは、「子ども食堂」食の Q&A を開設しました。

それぞれの立場から活用していただき、一人でも多くの子どもたちや関係者が「健康で人間らしい食生活を営むことができるように、そうしたことが実現できる環境とのよりよい共生の実現」につながることを願います！

- 相談ではなく Q&A の関係を
- メニューや調理法だけでなく、「食」の循環全体の視野を
- 1食1食は、子どもや人々にとって、「食の自立力形成」「食からの生活力形成」に深く影響する食育の場であり、浸透性の高い教材とする視点を
- 科学的根拠、とりわけ食生態学の研究と実践の成果・人材・社会資源をフル活用するグループ力で
- 提出された質問や課題に、専門を異にする会員がチームを組んで担当する
- 全国各地で、さまざまなテーマの食育セミナーや研修で開発してきた、食育プログラムや教材を活用する

足立己幸（フォーラム理事長）

## ●会費納入のお願い

2017年度年会費を、同封の郵便局払込用紙か下記口座へ5月末日までに、お振り込みをお願いいたします。

[振込先]三菱東京UFJ銀行・高田馬場支店（普）1517770  
特定非営利活動法人食生態学実践フォーラム 理事長足立己幸

## ●事務局開室日のお知らせ

2017年度の開室日は、原則として火曜日と金曜日となります。開室時間は10:00～17:00です。不在の場合は、留守番電話にメッセージをお残しいただくか、ホームページの「お問い合わせ」からメールでご連絡ください。

## ●2017年度総会・研修会のお知らせ

日時：5月28日（日）総会 13:00～ 研修会 14:00～  
会場：日本女子大学 新泉山館  
テーマ：「子ども食堂」、障がい者や高齢者等の自立的な食支援の基本について考える  
基調講演：「当事者主体（寄り添った）の支援とは？ 今、なぜ必要か？」

講師は、法政大学現代福祉学部教授、社会活動家の湯浅誠氏です。詳細は同封のチラシまたはホームページをご覧ください。