

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

2006.4.12 Vol.9

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

「食育プロモーターズ」への期待

“食生態学や関連の研究・実践の成果等の科学的根拠を踏まえ、豊かな愛情で実践する食にかかわる専門家、そうしたネットワークづくりを進める仲間を育ちたい”と願って出発した「食育プロモーターズ」の養成も一歩ずつ進んでいます。私たちNPO法人の養成の特徴は、食環境やライフスタイルとのかかわりを重視する食生態学研究とその実践成果をベースにしていること、受講者の会員たちがかかっている最優先課題や緊急課題を直接取り上げ、教材にしていること、だから、理論と実践、総論と各論、理想や展望と現実等のキャッチボールを重視していることです。知りたいことは、現場でどう課題解決したらよいか、今かかっている課題とどう取り組んだらよいか、そのために自分にどんな力が必要かを知りたい、そしてそれらを実行したいからです。この点を重視するために、夏の「食育プロモーターズ」養成講座では、参加者自身の最優先課題を抽出する方法の実習にかなりの時間をかけました。「食育基本法」や「食育推進基本計画」(国レベル)等、総論は出揃ってきました。これらを個性や生活の質の向上を重視しつつ、実践の場でどう進めるかの勝負時になりました。工夫のひとつは、養成講座受講者の方々の要請にこたえて、「足立己幸 実践・研究相談タイム」をオープンします。あなたの課題について一緒に考えたいと思います。

理事長 足立己幸

食育プロモーターズ養成講座

みなみかぜ地域交流センター2005.8.5~7

食育プロモーターズ養成講座を2005年8月5日(金)~7日(日)の3日間、「社会福祉法人健友会・みなみかぜ地域交流センター」において実施しました。学習者は、管理栄養士、教員、保健師等の18名で、多様な職種、経歴の方々でした。そのため、講座への充実感や達成感に差があったのではないかと懸念しますが、少人数であったため、学習者が他の学習者やその学習プロセス等、全体を把握できたという点で、自分の学習を相対化できてよかったのではないかと考えます。

また、その学習のプロセスでは、多くの学習者が、3日目にして学習課題、実践課題がみえてきて、学習目標が鮮明になってきたのではないかと考えました。それを支えたのは2日目の子どもの食育セミナーで、学習内容を理解する、



また学習者が課題を見つける上で、非常に効果的であったと思われます。後日、充実した内容だったとの評価もいただき、大変励まされました。

(副理事長: 針谷順子)

食育セミナー

みなみかぜ地域交流センター2005.8.6

第21回子ども自身がリーダーになる「食育セミナー」が、8月6日に23名の



元気な子ども達との参加で行われました。今年のテーマは「ぴったり弁当を見つけよう！」

恒例とはいえ、今年は、初の試みが2つあります。一つ目は、宿泊ではなく1日間のプログラムであること。二つ目は、開催場所を、今までの宮城県蔵王のセミナーハウスから埼玉県川越市のみなみかぜ地域交流センターで行ったことです。

このみなみかぜ地域交流センターは、その名の通り、地域の子どもからお年寄りまでが、気軽に立ち寄れる地域に密

着した開放型の明るい場所です。

「ぴったり弁当」を見つけるべく、朝

10時半の朝の会から始まり、夕方の解散まで、プログラムは学校での授業のように、1~6時間目の授業形式で行われました。

初参加の子どもも自分にぴったりの弁当を、2回目以上の参加者は自分以外に、もう一つスタッフやお姉さんのぴったり弁当を作ってプレゼントすることができました。毎年、一つ一つの課題を見つけながらも、着実に子ども達によって「楽しい」食育セミナーが盛り上がりつつあるように感じました。



(理事: 吉岡有紀子)

食事バランスガイドの食育への活用 東京研修会 2005.12.17

食事バランスガイドが公表されたことに伴い、時機を逸することなく開催した東京研修会は、93名の皆様の参加により好評裏に終了しました。



13時きっかりに開始した会は、針谷順子・当フォーラム副理事長による「食事バランスガイド・食育への活用」の講義、休憩後に、足立己幸・当フォーラム理事長による「食育バランスガイドその誕生と活用に至る経緯」についての講義が行われました。参加者は「主食・主菜・副菜+小さな2群のコマ型食事」や「サービングサイズ」など、これらの誕生の経緯やエビデンス、プログラム開発など、その本質について理解することができたと評価していました。熱心な質疑応答と反響のうちに会を閉じることができました。

(理事:尾岸恵三子)

3・1・2 弁当箱ダイエット法の理論と実践 新潟研修会 2005.7.9

新潟研修会は今年で3回目です。「1年に1回は新潟で開催する」が定着してきたようでうれしい限りです。

現地コーディネータは樺沢禮子さん(正会員)、1ポーション料理のマネージャーは田中ひさよさん(正会員)と、いつ

ものコンビで「3・1・2 弁当箱ダイエット法」の理論と実践を、北里大学保健衛生専門学院で行いました。

「2年前に新潟研修会で聞いたが、実践してわからないのでまた参加した」という人が何人かいました。また「ポーションと3・1・2の割合がよくわからなかったが、詰めてみて2回目で納得した」という参加者もいました。研修会を繰り返して行う必要性を感じた次第です。

(運営委員:薄金孝子)

「3・1・2 弁当箱法」食事バランスガイドをクリアアップ

長野研修会 2005.11.27

長野県栄養士会の研修会「食べるってなあに!」に当フォーラムの「3・1・2 弁当箱法」が加わり、共同で企画した研修会です。会場の上野が丘公民館は、上田市内の小高い丘の上であり、当日は澄みきった青空で山並みがとても美しく、前日、名古屋で講演をした理事長・足立の疲れも吹き飛んだようでした。

「楽しく食べる子どもに - 農場から食卓、からだの中、生きる力の形成の視野で」を理事長が講演後、長野県栄養士会上田支部の会員による弁当箱法の実践発表がありました。



ライフステージ別の弁当(保育園児、小学高学年、16歳女子高校生、成人女性、成人男性)を、それぞれ「主菜が多く主食が少ない」などと現状分析。それと、3・1・2 弁当箱法にて詰め直したものを比較しての発表でした。

(運営委員:薄金孝子)

たべる、たいせつフェスティバル

東京国際フォーラム 2005.11.22~23

昨年、11月22日・23日「たべる、たいせつフェスティバル 2005」と題した食育イベントが東京国際フォーラムを会場に、日本生活協同組合連合会の主催で開催されました。当フォーラムもブースを



出展し、「3・1・2 弁当箱法」のPR活動等を行いました。「つくる」生産や商品販売する人たちのブースが多いなかで、「どのように食べるか」の視点で参加していたのが当フォーラムで、とても意味のある参加だと思っています。「そのまんま料理カード」の教材としてのリアルさに感嘆の声が多かったこと、お弁当箱が物差しになる発想に関心が寄せられたこと、何より、「つくる」方たちがこれらへの関心を示したことです。

(運営委員:米山暁美)

足立己幸 実践・研究相談タイム

当フォーラム理事長の足立己幸が、正会員を対象に、個別相談を実施いたします。フォーラム事務局は6/2から、みなみかぜは4/24から開始いたします。
日時: 毎週金曜日(フォーラム事務局)
第1・2・4火曜日(みなみかぜ)
料金: 1,000円(2時間)
会場: フォーラム事務局(新宿区高田馬場)
みなみかぜ(埼玉県川越市)

*ご希望の方は、両スペースとも、フォーラム事務局に、直接お申し込みください。尚、賛助会員・学生会員・非会員の方は対象となりませんので、予めご了承ください。上記の方で、ご希望の方は、正会員へのお手続きをお願いいたします。

5月東京研修会

「新介護保険制度における食の役割」

講師: 小川正時(社会福祉法人健友会理事長、医師)
座長: 足立己幸(当フォーラム理事長)
日時: 5月27日(土)13:45~15:45

「弁当箱法新キャラ」メジャコン「デビュー」

講師: 星みつる
(NHK「ひとりではできるもん!」脚本・作詞)
日時: 5月27日(土)16:00~16:30

会場: 東京女子医科大学
料金: 正会員・無料、賛助会員1,000円、学生会員500円、非会員3,000円、学生非会員1,000円
*詳細については、別紙チラシをご覧ください。

第3回総会のお知らせ

第3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27日(土)13:00~13:30
会場: 東京女子医科大学

2006年度年会費振り込みのお願い

2006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、5/19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・普通・高田馬場支店 1517770 特定非営利活動法人 食生態学実践フォーラム