

NPO法人

食にかかわる専門家を支える

食生態学実践フォーラム

2004年5月25日発行

発行人：NPO法人 食生態学実践フォーラム事務局

〒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

E-mail: sgforum@zap.att.ne.jp

http://home.att.ne.jp/omega/syokuseitai/

2004 総会、無事終了

4月24日、2004年度総会を開催しました。2004年度分の事業計画書・収支予算書は、2002年11月の設立総会時に承認されていますが、若干の修正があったため、総会を開催した次第です。樺沢禮子さんの議長により滞りなく進行し、全ての議案が議案書どおりに承認されました（詳細については、同封の議案書をご覧ください）。

（理事：松下佳代）



研修会報告

4/24 東京研修会「楽しく食べる子どもに」

厚生労働省の新提案「楽しく食べる子どもに」活用のキーポイントを足立己幸氏が、その「健やかガイド」キャラクター“ハグリン”の生みの親・星みつる氏が、子どもにとっての魅力的なキャラクターの作り方等について講演しました。

足立氏はまず、行政等で作成したガイドラインや資料を、地域や暮らしに対応して、栄養教育等で活用するときには、教育の目的や目標、活用したい内容を明瞭にして進めることの重要性を強調。一方で、その資料のねらいや特徴を熟知しないと、有効な“活用”はありえないと述べました。また、この新提案の特徴は、子ども自身のQOLや個性、発育・発達、そして食の営みをトータルでとらえ、実行することを重視していると話しました。

NHKの子ども番組「ひとりのできるもん！」等で大活躍の脚本家・星みつる氏は、「健やか食ガイド」のキャラクター“ハグリン”に何を託し、どのような検討や発想を重ねて、この世に誕生させたかを、リアルなすばらしい映像を駆使しながら、ユーモアたっぷりに講演されました。会場からは、策定にあたった行政担当者の発言もあり、どう活用するかの熱い議論が交わされました。



2004年度年会費納入のお願い

4/24 総会 & 研修会でお支払いいただいた以外の方に、2004年度年会費振込用紙を同封いたしました。ご協力のほどよろしくお願いいたします。

3/6 仙台研修会「弁当箱ダイエット法」

3月というのに大雪の中での研修会でした。交通機関等により、遠方の方は参加できないというアクシデントもありましたが、なんとか41名の方が弁当箱持参で参加しました。まず、「3・1・2 弁当箱ダイエット法」をテキストに、足立氏が科学的根拠



にもとづいた食教育の実践について講義。次いで、参加者一人ひとりが「自分にあった弁当箱のサイズを決め、何をどれだけ入れるかを計画し、実際に詰め、食べて

確かめる」という、計画・実施・評価の全プロセスを体験しました。弁当につめる料理には、笹かまぼこのウニ焼きや、へそ大根（輪切りの干し大根、宮城県南の特産）の煮物、新わかめの炒め煮などを準備し、東北の春を感じていただける研修会となりました。ほとんどの参加者から、「研修会内容を職場で生かせそう」との声が聞かれました。終了時には雪も解けはじめ、春の風とともに帰路となりました。

（理事：平本福子）

3/13 新潟研修会「弁当箱ダイエット法」

2003年度「弁当箱ダイエット法」最後の研修会が、3月13日、新潟市郊外にある新潟県健康づくり・スポーツ医科学センターで開催されました。参加者は、行政や教育機関等、様々な分野で働く栄養士と保健師など65名。

主食はごはん、主菜は鮭の味噌漬焼きなど5品、副菜はトウナの胡麻和えなど5品、その他が5品でした。これら料理は、すべてを食材の構成から、分量、ポーションサイズ、全体量まで、現地コーディネータの樺沢禮子さん（正会員）らが、何回も綿密な打ち合わせを繰り返して当日を迎えました。



参加者から、「自分サイズの弁当選びから評価まで、実践的でよかった」「弁当のサイズ選びの大切さがよくわかった」「3・1・2という目で見たまの、見た目で見分ける、バランスの良い食事が示せるので、食教育に活用できると思う」などの感想が寄せられ、好評のうちに終わりました。

（運営委員：薄金孝子）