

<活動報告>

茗溪会 葛飾支部主催 平成 24 年 3 月 4 日(日) 於：茗溪会館

プログラム 「食生活力の向上について」 進行：葛飾支部長 東京聖栄大学教授 渡邊 悟  
14：00～ 挨拶 (社) 食医同源之会 代表理事 中野 慶子  
14：10～ 「女子短大生の食生活の実態」 実践女子短大教授 白尾 美佳  
15：00～ 「自由学園における食の一貫教育」 自由学園常任理事 小田 泰夫  
16：10～ 「食生活力の向上を目指して」 コーディネーター・都立稔ヶ丘高校長 徳田 安伸

平成二十四年三月四日(日)に茗溪会館において茗溪会本部支援の下、葛飾支部主催・食医同源之会共催の勉強会を今年も行うことができた。人数は相変わらず十名ほどであったが、実践に基づいた事例が多数紹介されて大変有意義なものとなった。

まず実践女子短大の白尾美佳教授より「若年女性における食生活の実態」と題し、アンケート調査結果をもとにした二十代女性の食生活の現況について考察を交えて発表していただいた。続いて自由学園の小田泰夫常務理事より「自由学園における食の一貫教育」について、生活即教育をモットーとしている自由学園の「食の学び」が紹介され、理想的とも言える「食育」の実践活動を知ることができた。そして都立稔ヶ丘高校の徳田安伸校長(前都立農産高校長)より「食生活の向上を目指して」と題し、「食育」の課題や発達段階における「食生活力」を解説いただき、「食生活力」をつける方策のヒントを提示していただいた。

最近の特に若者における食生活の乱れは、経済的に苦しいことと相まって目に余るものがある。自由学園のように一同に会して毎食食べる人たちのことを考えたメニューを提供できれば良いが、個々人の多様化した食生活を向上させるには、画一化したものではなかなか有効な方策が下せないのが現状である。まずは家庭で、学校現場で、それぞれの社会で、発達段階に応じて、食生活を共有することが重要であろう。見本を見せて実践させることにより、「食生活力」が向上していくわけで、その機会を増やす取り組みが社会全体に求められるのではないだろうか。

茗溪会からの多大なご支援と、参加いただいた田中専務理事と堀内理事に、厚く御礼申し上げます。



中野先生の挨拶



ディスカッションの様子