

お知らせ

《第7回准卓育インストラクター養成講座のご案内》

2014年12月15日

NPO法人食空間コーディネーター協会

私たちの NPO 団体は、食卓・食空間・生活文化をととのえ、楽しく・美しく・優しい心の交流を目指しているテーブルコーディネーターの集まりです。

《卓育とは?》

私たちは『卓育』ということばをつくりました。

日本では今、核家族化が進み、また女性の社会進出、子どもの塾通い、部活などで、家族みんなで食卓を囲むことが大変少なくなりました。

食卓を囲む家族団欒の中には、単に食事を摂るだけでなく、子供の成長に役に立つ大切な要素がたくさんあるのです。

「食卓は人を育てる」といわれてきましたが、現在では家族が揃って食事をすることが少なくなり、逆に「食卓は個（自分勝手）を放任する場」になってしまいました。

そしてその結果、キレル子ども・キレル大人が増えてきたのではないのでしょうか。

それは、社会の進化に伴って習慣や生活のゆがみが生まれ、「コ食」【次ページ参照】が増えているからだと考えられます。

子どもが大人になって発揮する知恵や行動の基本になるものは、3～8歳の間に刷り込まれ、それを過ぎてからではかなり無理があるといわれています。

私たちはもう一度、家庭の食卓を見つめ直し、できるだけみんなで食卓を囲み、「食卓こそ人が育つ場」であることを少しでも実感し、実践してみましょう。

そして、「食卓は人を育てる」ことを信じ、私たちは7年前に『卓育』ということばをつくり、様々な活動を続けております。

《卓育インストラクター制度について》

私たちの団体は、この卓育の考えを広めるため「卓育インストラクター制度」をつくり、インストラクターを養成しています。

卓育インストラクターには、幼児から学童期を対象とした「准卓育インストラクター」と全年代を対象とする「卓育インストラクター」があります。

	活動範囲	資格条件	資格登録料
准卓育インストラクター	幼児・低学年児童を対象に卓育を指導する	<ul style="list-style-type: none">どなたでも養成講座を受け資格がとれます幼稚園・保育園の先生や保母さん、小学校の先生方、もちろん、お母さま方も大歓迎です養成講座は年2回	3,000円（税別） (2年毎に更新)
卓育インストラクター	全年代を対象に卓育を指導する	<ul style="list-style-type: none">「准卓育インストラクター」を持っていること当協会の「食空間コーディネーター3級」の資格を持っていること当協会の会員であること養成講座は年1回	5,000円（税別） (2年毎に更新)

※この「准卓育インストラクター養成講座」はどなたでも参加して、資格が取れますのでご友人・お知り合いの方などをお誘いください。

★「7つの コ食」

7つのコ食	コ食の状況	懸念される問題
粉食	パン・ピザ・パスタなど粉製品しか食べない	・米食を中心としたバランスのとれた日本食からの遠ざかり ・やわらかいものだけで顎の力がつかない
個食	同じ食卓を囲みながらそれぞれが好きなものを食べる	・バラバラの食事が当たり前 ・協調性が育たない ・好き勝手 ・キレル子ども、キレル大人
孤食	小さい時から一人だけの食事、大人になっても一人だけ	・他人との会話ができない ・マナー・社会性の未発達 ・どこでも「ボッチ席」でしか食べられない
固食	偏食が過ぎて同じものしか食べない、同じ料理にしか食欲が湧かない	・過度な偏食 ・食事の本当の美味しさを知らないまま
子食	親の共働きなどで子供だけで食事を食べる	・正しい食事のマナー・習慣を知らない ・テレビの終わりが食事の終わり
濃食	コンビニなどの調理済食品に慣れて濃い味が大好き	・本物の食事の味を知らない ・味覚障害 ・肥満児になりやすい ・成人病の原因
小 or 少食	必要以上のダイエットや食欲の極端な減退	・高じて拒食症に ・自己健康管理ができない ・健全な大人になれない

《第7回准卓育インストラクター養成講座開催のご案内》

NPO 法人食空間コーディネート協会

《下記ご案内いたします》

◆開催日時： 2015年1月24日（土） 13：10～16：45
25日（日） 9：10～16：25

◆会場： 赤坂パークビル 6F (株)大広 会議室
アクセス図必要な方は申込書に☑して下さい。
住所：港区赤坂 5-2-20
TEL：03-5822-1090（当協会事務局）

◆参加料： 32,400円（税込）/2日間

◆講座内容： 【次ページのプログラムをご参照ください】

1. 当協会の卓育委員による幼児期から学童期における卓育の指導法について
2. 外部講師による講義

①「児童心理と卓育について」

元聖徳大学教授 室田洋子先生

②「子どもの栄養について」

戸板女子短期大学准教授 増野弥生先生

申し込み方法： ①参加料を指定の口座に振込み
②別紙の申し込み用紙に必要事項を記入し
振込証明書（コピー可）を貼付けて郵送またはFAXして下さい。
③締切日：2015年1月19日（月）申し込み用紙到着分まで

◆振込先

①みずほ銀行 横山町支店
（普通）2159960
②ゆうちょ銀行（ゆうちょ銀行からの振込）
（記号）10120
（番号）55832571
【振込手数料はご負担ください】

◆お問い合わせ先

NPO 法人食空間コーディネート協会
〒103-0004
東京都中央区東日本橋2-24-12日本橋榎町ビル8B
TEL 03-5822-1090 FAX03-5822-1093
e-mail yamauchi@talk-tcs.gr.jp
HP は食空間コーディネートで検索してください

2015年 第7回准卓育インストラクター養成講座 プログラム

2014年1月24日・25日 於：(株)大広

	日 程	内 容	担当講師
1 月 24 日	司会 ひがし委員 13:10～13:30	開会挨拶	幸崎委員長
	13:30～14:30	資格制度の概要説明	幸崎委員長
	14:30～14:40	卓育の総論	落合副理事長
	『卓育のキーワードに沿った講習』	(休 憩)	
	14:40～15:00	[清潔にしましょう]	ひがし委員
	15:00～15:20	[感謝の気持ち]	本柳委員
	15:20～15:40	[おいしいね]	松下委員
	15:40～16:00	[きれいだね]	ひがし委員
	16:00～16:20	[上手でしょ]	松下委員
	16:20～16:40	[たのしいね]	ひがし委員
16:40～16:45	初日終了 (明日のお知らせ)		
1 月 25 日	司会 本柳委員 9:10～9:30	[おもしろいね]	幸崎委員長
	9:30～9:50	[うれしいな]	松下委員
	9:50～10:10	[大きくなったよ]	本柳委員
	10:10～10:30	[おもてなしの気持ち]	幸崎委員
	『実 習』		
	10:40～11:40	[シミュレーション・和・洋]	卓育委員
	11:40～11:55	[紙芝居]	本柳・幸崎委員
	11:55～12:55	昼食(会場外)	
	『特別講習』		
	13:00～14:25	[児童心理と卓育]	室田洋子 講師
14:25～14:35	(休 憩)		
14:40～16:05	[子供の栄養について]	増野弥生 講師	
16:10～16:25	終 了 (今後の流れ)	佐野事務局長	

※上記のプログラムは多少変更になることがあります。

