

日本フードスペシャリスト協会

J A F S

Japan Association for Food Specialists

〒108-0073 東京都港区三田3-4-28

TEL & FAX 03-5476-6860

<http://www.jafs.org>

E-mail:info@jafs.org

CONTENTS

巻頭言 フードスペシャリスト資格について
視点 食を軽んずる輩に天誅を！
記念講演 食生活のリテラシー／問い直される「啓蒙と普及」
レポート フードスペシャリストの養成にあたって - PART
商品開発 「女子大生弁当」の出来るまで
食環境 “スローフード”について
検定試験 家庭料理技能検定について
エッセイ お茶菓子
事務局短信

巻頭言

フードスペシャリスト資格について

十文字学園女子大学 人間生活学部 教授 笹子 謙治

私どもの食物栄養学科は従来二年制と四年制（大学評価・学位授与機構認定専攻科）の栄養士養成課程でしたが、本年の四月から四年制の管理栄養士養成課程を設置（二年制課程は来春で廃止）したという特殊事情があります。そこで、本学におけるフードスペシャリストの現状と管理栄養士養成課程になってからの対応について少しお話ししたいと思います。

現在は四大の1年生、短大2年生と専攻科1,2年生が在学しております。短大の時のモットーは学校では基礎的知識を勉強させるということで、私が担当している食品の分野でも、基本的な知識の講義と十分な実験実習を行ってきました。そのため就職先の会社における評判も良好でしたし、食品関係の会社に就職したいという学生が多くおりました。もちろん栄養士養成課程ですから、病院や老人ホーム、給食産業へも多数就職しております。

一般事務や営業に就職する学生もおりますが、その場合も食品会社を選ぶことが多いようです。たとえば、チーズや食肉の売り場で専門を生かしてがんばっている卒業生もいます。フードスペシャリスト資格の導入に適した環境であったわけです。

昨年は約60%の学生がフードスペシャリストのた

めの講義を受け、資格を取得しました。現在、短大2年生の約70%が資格取得のための科目を履修しております。しかし、この資格はまだ歴史が浅いため世間の認識や評価が得られるまでにはもう

少し時間が必要ですし、この資格が就職の役に立つようになるのもこれからだと思います。しかし、フードスペシャリストを導入したのは間違っていないと思っております。一例として、食物の学生は食品の取り扱いに関する基礎ができていたためか、ファミリーレストランのアルバイト学生として歓迎されているとのこと。最近では食品衛生上の問題がいろいろ起きていることから、この資格への需要が増える背景があると思います。

来年四月からは、管理栄養士養成課程と専攻科の学生だけになります。管理栄養士養成課程にフードスペシャリスト養成は必要ないのだろうか。今後は、管理栄養士の国家試験に合格することが至上命題となります。ところが、タイミングが良いのか悪いのか管理栄養士の制度やカリキュラムが全面的に改変



され、栄養に関する科目やその臨地実習が大幅に増えて、食品や調理に関する科目は縮小されました。

栄養士にとって、食品や調理に関する知識は重要です。医師や看護師と一緒に治療チームを作っても、彼らに不足している食品に関する知識は、栄養士が担当しなくてはなりません。病院では医師や歯科医師が、どこそで、これこれの技術を習得したという免状が良く飾ってあります。管理栄養士もフードスペシャリストの資格を取得して、“私は管理栄養士であると同時に食も専門家であります”と標榜するのは良いことと思います。また、牛肉の偽装問題、O-157のような食品衛生上の問題、毎日テレビを賑わせている機能性食品の問題など、国民の食品に対する関心が高まっている折から、今後は管理栄養士にも食品に関する十分な知識が世間から要求される

視 点

食を軽んずる輩に天誅を！

独立行政法人 食品総合研究所 理事長 鈴木 建夫

「国家の盛衰は、国民の食べ方の如何による」とは、フランスの生理学者でグルメの元祖、ブリア・サヴァランの言葉です（「美味礼賛」白水社）。日本人は一生の間に、三大栄養素で13t、水分約60tを合わせて、70tもの食材を消費しています。さらに、不適切な食生活による生活習慣病で64.8%の人が亡くなる（感染症約10%、事故・自殺25%）ことを考えれば、いい加減な食生活は絶対に出来ないはずで、日本型食生活の効用については古くから喧伝されていますが、数字で表している例をご存じでしょうか。スローフードでもある典型的日本型の朝ごはんとして、ご飯、ワカメと油揚げの味噌汁、サンマの塩焼き、きんぴらゴボウ、ホウレン草のお浸しを食べて、575kcalを摂取します。一方で、典型的ファストフードとして、チーズバーガー、フライドポテト、コーンスープから、ほぼ同程度の582kcalを摂取し、その栄養素を比較した例があります。和食の栄養素では脂質が30.7%であるのに対し、ファストフードでは45.6%と1.5倍になっていることが特徴的で、これが近年の生活習慣病急増の原因とも考えられます。最近増加しつつあるドロドロ血液（私共の研究所で開発した装置で測定しています）は、このような食生活の欧米化に起因しているようです。食を軽んずる輩に天誅を！

食の安全性についても憂慮すべき事態が続いてい

と思います。

一方就職についてですが、私どもは管理栄養士養成に新規参入ですから、卒業時に管理栄養士としての就職の需要が十分にあるのか心配しております。また、管理栄養士の資格は取得したいが、食品会社の製造部門や研究部門に就職したいという学生もすでにおります。いずれにしろ、4年間に学生の進路変更の可能性が考えられます。私どもはフードスペシャリストの資格取得科目をおもに3年次に配当してありますので、どの程度の学生が受講するか不明ですが、できるだけフードスペシャリストを取得するように勤めたいと思います。それまでに、この資格の評価が世間一般で高くなることを期待しています。

ることは、皆さんご存じの通りです。他の工業と同様に大量生産・大量消費を是として、生産性（効率）を重視した20世紀とは異なり、少量多品種生産により消費ニーズに細やかに対応する21世紀



型食品産業への適応が求められています。きめ細かな食のトレーサビリティ（履歴追跡性）が必要ですが、お金がかかります。しかしながら、食品の安全性について、消費者が対価を支払うべきと考える消費者が増えれば、安全性と共に健康性についての情報を賦与した食品（情報食品）が市場性を持つと考えます。地域の生産物を地域で消費する、生産者の顔が見える範囲での加工・流通・消費をし、消費者の顔（ニーズ）を見て生産する形態、すなわち地産地消が、健康との関わりである身土不二と共に推奨されるべきでしょう。このように食を真剣に考えている一方で、食を軽んずる輩に天誅を！

新しいご馳走（食）の発見は、人類の幸福にとって、天体の発見以上のものである（ブリア・サヴァラン）……かも？

農林漁業金融公庫「公庫月報」2002年8月号（vol.621）から転載。発行元・著者承認。

食生活のリテラシー / 問い直される「啓蒙と普及」

女子栄養大学栄養学部長・教授 **五明 紀春**

五明 会長の田村先生、大変丁寧なご紹介をいただいて恐縮でございます。



私どもの大学もフードスペシャリスト協会に大変お世話になって、学生たち毎年受験をさせていただいています。スペシャリスト協会、一層ご発展されるようにと願っております。

それでは、早速、話に入らせていただきます。

はじめに

(OHP-1)

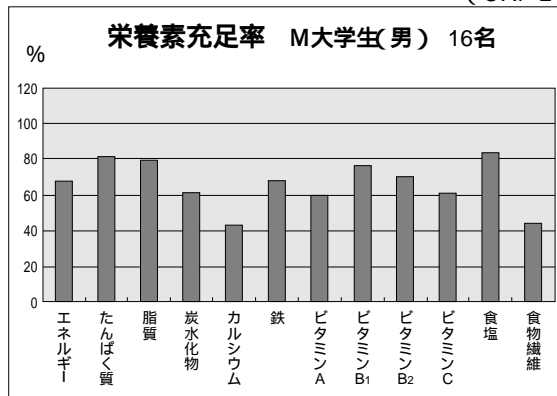
食生活のリテラシー

- 問い直される「啓蒙と普及」 -

(食事メッセージの解説)

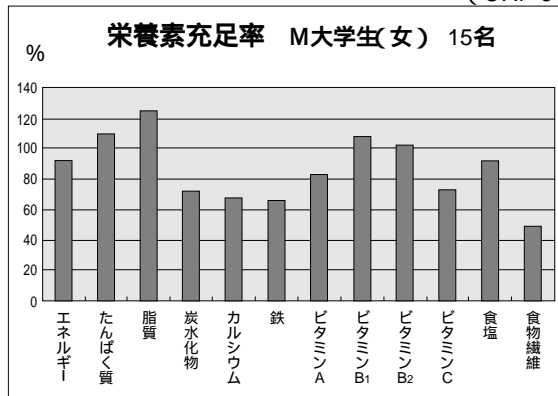
リテラシーという言葉は文字通り読み書き能力ということでございます。ここにそろばん能力も加えていいのかなと思います。人間、この世の中で生きていく上で、最低限の能力として、読み、書き、そろばん能力というものが求められるだろうと思いません。近年、IT時代でございますので、ITリテラシーというような言葉も盛んに使われるようになってきました。食生活でも、やはり最低限こういうことを知らないはずではないかという問題があると思います。例えば、朝昼晩食事をするということは当たり前のことですが、どうもみていると、このことを、はなから知らない若者がかなりいるらしい。

(OHP-2)



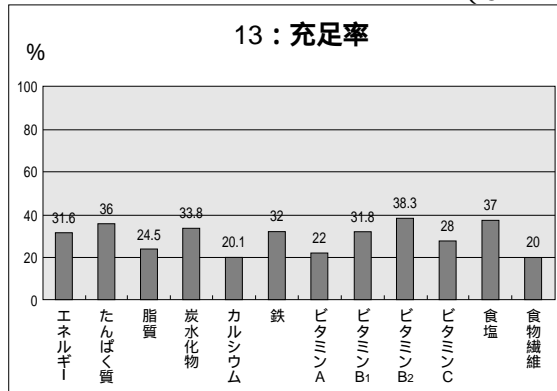
これは、ある大学の男子学生16名の栄養素の充足率を1週間ほどの食事調査に基づいて調べた結果です。平均で、たんぱく質、脂質で80%、カルシウムなど軒並み、栄養素摂取量が恐ろしく足りない生活をしているようです。

(OHP-3)



こちらは、同じ大学の女子学生でございます。女性の場合も、いろいろな物が大分足りない。

(OHP-4)



これは、その中の最悪のケースです。充足率はどの栄養素についても100に対して3分の1とか4分の1とか、こんな栄養状態の学生がいる。

(OHP-5)

(平成11年度 国民栄養調査)

適切な食品選択や食事準備のために必要な知識・技術を持つ人
 (全体) 男 約30% 女 約50%

全く持たない人
 (20歳代) 男 23.9% 女 9.1%

国民栄養調査によれば「適切な食品選択や食事準備のために必要な知識・技術をもつ人」は男性約3割、女性は約5割です。それ以外の人はそういう必要な知識・技術は余りもたない、全然もたない、人たちがということになります。

20歳代では、全くそんな知識も技術もないという人が男性の約4分の1、女性は10人に1人。全くもたないというわけですから、文字どおり全くないわけです。ですから、1人でほうり出されたら何していいかわからない。

昨今のように、自宅で食事づくりをするということが、急速に少なくなってまいりますと、こういう知識や技術をもつ人も、だんだん減っていくだろうと予測されます。食生活のリテラシーが、著しくブアな人たちが、この世の中にふえていくだろうという問題意識のもとに、以下お話をさせていただきます。

5W1Hと食事メッセージ

(OHP-6)

新聞報道記事

who 若い男3人
 when 先月15日
 where 東京都墨田区
 what ホームレス襲撃
 why スカッとしたかった
 how 頭に一週間のケガ

ホームレス襲撃 大生田 佳代子 先生が先週、墨田区でホームレス3人を襲撃して捕まったという三面記事です。このように小さな記事でも、必ず、だれがその事件をやったか、若い男3人。いつか、先月の15日。どこで、東京都の墨田区。何をやったのか、ホームレスを襲撃した。なぜやったか、すかついたかった。どのようにした、頭に1週間程度のけが

さて、ここに小さな新聞記事があります。ホームレスを若い男性3人が襲撃して捕まったという三面記事です。こういう小さな記事でも、必ず、だれがその事件をやったか、若い男3人。いつか、先月の15日。どこで、東京都の墨田区。何をやったのか、ホームレスを襲撃した。なぜやったか、すかついたかった。どのようにした、頭に1週間程度のけが

を負わせるような暴力を働いたと、いうふうに必要なことが全て書かれています。

(OHP-7)

5W1H

だれが _____ WHO
 いつ _____ WHEN
 どこで _____ WHERE
 何を _____ WHAT
 なぜ _____ WHY
 どのように _____ HOW

ニュースを報道するスタイルの鉄則といわれる5W1HとはWHO、WHEN、WHERE、WHAT、WHY、HOWのことでございます。食生活を考える場合にも、これらの要件が非常に重要であるということ、これからお話ししたいと思います。

(OHP-8)

メッセージの伝達

食事(事件)→人間(読者)

栄養的メッセージ
 嗜好的メッセージ
 生理的メッセージ
 文化的メッセージ

5W1H

毎日、朝昼晩食べる食事は、新聞やテレビに報道されるわけではありませんが、これも事件であります。ところで食事という事件が担っているメッセージとは何であるか。栄養的なメッセージ、嗜好的メッセージ、生理的メッセージ、それにコミュニケーションにかかわる文化的なメッセージがあるだろうと思います。これらのメッセージを複合して担っているのが、食事という事件だと、一応そのように考えるわけです。

(OHP-9)

食物機能性 - 「メッセージ機能」

- ・ 栄養機能 生命の維持(栄養素)
- ・ 嗜好機能 感覚の満足(嗜好成分)
- ・ 生理機能 体調の調節(生理機能成分)
- ・ 文化機能 人間の関係(象徴として)

このメッセージを、正しく心と体に伝えるには、5W1Hという要件を満たしていなければならない。そうでなければピンぼけ記事のように、いろいろ困

ったことが我々の心と体に起こるのではないかというものが私の仮説であります。

栄養機能は、いうまでもなく生命の維持ということとです。嗜好機能というのは感覚の満足です。

最近では生理機能が注目されてまいりました。体調の調節、体調がよければ、病気を予防するということにつながるし、病気になっても早く回復する。あるいは再発しないということが食べ物、あるいは食事の担っているメッセージの中にあるということ。最近食品の研究者たちが重視するようになってきました。さらに、ヒューマンリレーションにとって食事が重要な機能を果たすということは、我々がよく知っているところでございます。

WHO - 誰が食べるか

(OHP-10)

だれが(WHO)

食べる人自身の特性と状態
年齢、性別、体格、家庭歴、既往歴、検査データ 個人の生理状態

ライフステージ栄養学
臨床栄養学

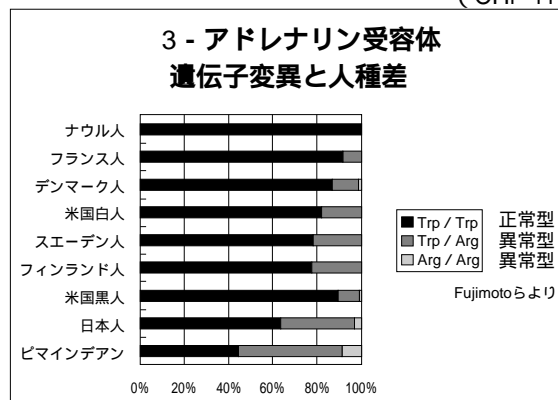
遺伝子プロフィールの解明
(ヒトゲノム計画)

病気遺伝子、肥満遺伝子、寿命遺伝子
血圧遺伝子(食塩感受性) etc

この5W1Hの一つ一つを吟味することから、食生活のリテラシーといわれるものの内容、その骨組みをみてとれるのではないかと思います。まず、だれが食べるか、という問題があります。これは食べる人自身の特性と状態ということですが、年齢、性別、体格、家族歴、既往歴、検査データ、個人の生理状態などがあります。妊娠中であるとか、授乳期であるのか、いろいろあります。ライフステージ栄養学とか、臨床栄養学というものが最近非常に重視されるようになってきました。栄養士法の改正で、管理栄養士のカリキュラムというものも、こういう分野を非常に充実させるということで改定されました。最近では、遺伝子プロフィールに着眼して、栄養指導や食事指導をするという機運がだんだん強くなってまいりまして、これはいうまでもなく、いろいろな病気の遺伝子、肥満にかかわる遺伝子、寿命に関わる遺伝子、血圧を調節するような遺伝子等々、人間の生理状態を規定する遺伝子的な根拠が明らかにな

ってくるにつれて、栄養指導、食事指導の仕方がかなり変わってくる。

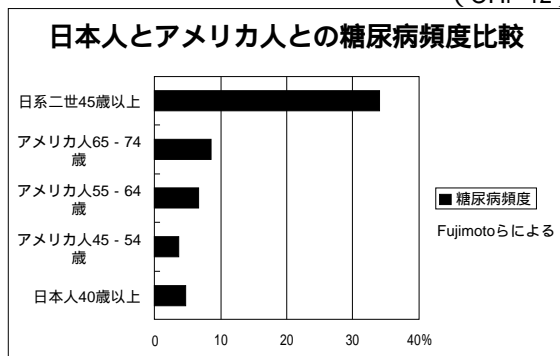
(OHP-11)



例えば、3 アドレナリン受容体というたんぱく質がございます。これは、脂肪の代謝にかかわるレセプターですが、遺伝子変異と人種の間注目すべき関係がございます。日本人、あるいはモンゴル人種では、この受容体の遺伝子の異常型の人非常に多い。日本人には皮下脂肪代謝がしにくく、肥満しやすい人が多いと申し上げていいと思います。コーカソイド、いわゆる白人種には、そういう異常型の人余りいないということで、彼らは太りにくいというように大ざっぱにいえるかと思えます。この太りにくいコーカソイドの人たちが、物すごい肥満に悩まされているほどに、白人社会の食生活は狂ってしまっているということはお存じのとおりです。我が日本人は、体質的に太りやすいということですから、飢餓にはレジスタントな人種だと思われませんが、残念ながら飽食の時代でございますので、この遺伝子的な特徴というものが、日本人を非常に太りやすい環境に置いているということがいえると思えます。

日本人が受け継いできた遺伝子のことを忘れて、きのうまで草を食べていた馬が、突然きょうから肉を食べるというようなことをやりますと、おかしいことが起こってくるだろうということが予測されます。日本ではダイエット本とかダイエット指導というもののマーケットはますます拡大していきだろうと、遺伝子的な根拠に基づいて、ある程度予測することができる。都内の書店で、ある学生に数年前に調べさせましたら、ダイエット本と称するものが二百数十冊ありました。書いてあることはみんなそれぞれ違うので、どれが正しいのかが問題になるわけですけれども、そういう状況に我が日本人、日本人種は置かれているということかと思えます。

(OHP-12)



アメリカの日系2世には、非常に肥満が多い。そして、日本に住んでいる日本人、アメリカに住んでいるアメリカ人に比べて糖尿病の発症頻度が断然高いという調査統計がございます。遺伝子は同じではあるのに、食生活がアメリカンスタイルになっていることによるダメージを、日系2世の人たちは非常に強く受けているということかと思えます。

(OHP-13)

集団栄養学 (平均)	個人栄養学 (個別対応)
<ol style="list-style-type: none"> 1 遺伝子栄養学(分子栄養学)の展開 2 プライベート栄養士(個人対応)の活動拡大 Tailor nutrition 3 「一次予防活動」の徹底(DNAチップの普及) 	

従来、体質として漠然といわれていたことに、遺伝子の根拠が与えられるようになってきました。遺伝子というエビデンスに根拠づけられた、そういう栄養学が恐らく展開してくる。いろいろな方がそういうことを言い出していらっしゃる。いわゆる個人対応の栄養学、こういうものがますます展開していこう。それに伴って、栄養士の業務形態も、プライベート対応の活動領域が広がっていくのではなかろうか。そのかわり、遺伝子という個人の機密を握る立場になりますので、法的な整備も非常に重要になってくるだろうと思います。栄養士法も、さらに改定されるでしょう。5年先か、3年先かわかりませんが、一次予防活動は、地域的にかなり広い範囲に網をかけて対応しようということですが、地域住民と一言でいっても、遺伝子の特性がそれぞれ違うわけです。

ただ、大きく地域に分けると東北地方のこの辺だとか、沖縄県ではこうだとかという大づかみの遺伝子のパターンの違いというようなものもあります。しかし、それと同時に、個人でまた非常に違うわけ

ですから、そういうものをDNAチップというものが安価で普及していきまると、いろいろな疾病に対応した事前のチェックがかなり徹底してできるようになるだろうと思います。きめの細かい一次予防活動というものが、このWHOの問題の中にあると考えています。

WHEN - いつ食べるか

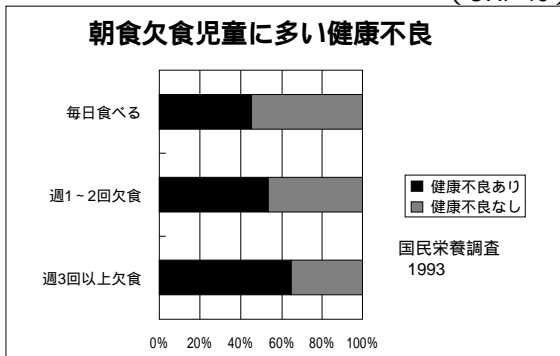
(OHP-14)

いつ(WHEN)

食事時間、食事頻度
 栄養素の持続性
 人体バイオリズムの解明
 時間生物学、時間薬理学(薬力学)

次に、いつ食べるかの問題があります。食事時間、食事頻度などのことです。栄養素の持続性という問題も、これに含まれます。水溶性ビタミンはストックしにくいけれども、脂溶性のビタミンは、ため食いが効くとかというような問題であります。1日、1週間、1ヵ月、1年というような周期で、我々はバイオリズムの中で生きております。こういうバイオリズムに順応した形の食生活というものを、もう一度考え直すことが重要なことだと思っています。既に生物学の領域では、時間生物学、クロノバイオロジーという分野があります。一方、薬効というのは時間の関数でございますので、時間薬理学という分野もあります。栄養素の世界でも当然同様に考えられるべきことで、そういう研究もいろいろなされてきていますが、十分にそのことを自覚的に扱っているかどうかという問題があると思います。

(OHP-15)



朝食欠食ということが、今、大きな社会問題になってきつつあります。これは説明するまでもなく、そういう児童が非常にふえてきて、そういう子供たちは健康不良を訴える、あるいは健康不良とみなされる子供が有意に多いということでもあります。この子

供たちが、学力とどういう関係があるかということ
を調査している人たちも、かなりいらっしゃいます。
一昔前に、ある医科大学で朝食を欠食している学生
の国家試験の合格率が統計学的に有意に低いと発表
された。朝食というものがどういう影響を与えるか
という栄養学上の研究は、今も非常に盛んに行われ
ています。朝食を食べるといのは、まさにWHENの
問題であります。

(OHP-16)

朝食欠食率 日豪比較

日本(20 - 29歳)
男 26.3% 女 14.0%

オーストラリア(19 - 24歳)
男 21.4% 女 14.3%

日本とオーストラリアと比べると、我が国の若者
男性は、4分の1ぐらいが朝食を食べない。オーストラ
リアでは5分の1ぐらいで、少し朝飯を食べる人が
日本より多いということです。女性の場合は、どう
いうわけか両国全く同じ。ちょっと年齢層が違うし、
調査のやり方も違うのですけれども、こんなことが
みとれます。

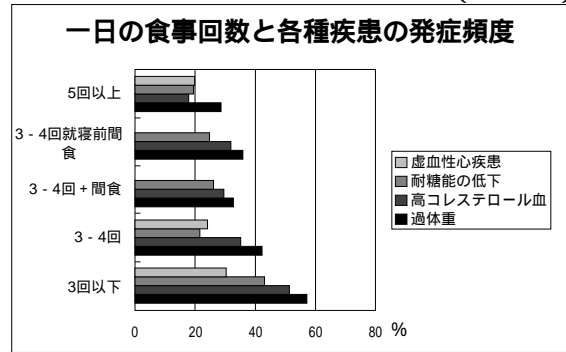
私どもの大学は、オーストラリアの幾つかの大学
と姉妹校協定を結んでいまして、この間、そちらの
オーストラリアの方の情報をいろいろお聞きしまし
たところが、オーストラリアの人、特に子供たちで
朝食を食べないなどというのは考えられないというよ
うなことをいっていました。生活スタイルが日本とは
随分違うようであります。

(OHP-17)

朝食欠食回数(一週間) M大学生		
欠食回数	男(人)	女(人)
0	1	8
1	1	1
2	5	1
3	1	2
4	5	1
5	0	1
6	0	0
7	2	1

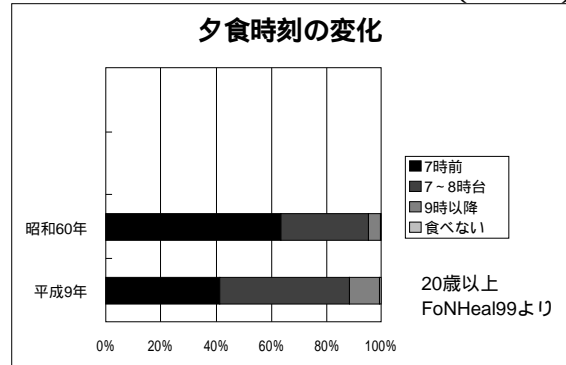
先ほどの大学生の欠食回数を見ますと、1週間で
男の場合は4回欠食が16人中5人。2回欠食が5人。
女性の場合は、約半分は毎日食べているというよ
うなデータが出ておりますが、かなり食べない人、1
週間で1日も食べない人もいるという状況でござい
ます。

(OHP-18)



生活習慣病の罹患率が1日の食事回数と相関があ
るようです。結論的に申し上げますと、規定量の食
事を、なるべく小分けして食べるほど生活習慣病の
発症頻度は低くなる。どか食いをすると高くなる傾
向があります。なるべく細々と小分けにして食べる
方が良いでしょう。これは食事の頻度という問題で、
まさにWHENの問題でございます。

(OHP-19)



夕食時刻は、昭和60年と平成9年を比べると、
7時前に食べるという人は60%いたのが、40%にな
っています。最近、急速に、いつ食べるかという
我々のライフスタイルが変わってきているというこ
とがうかがえます。遅く食べると食べてから寝るま
での時間が多分短くなる。それによっていろいろ起
こってくる弊害ということが懸念されているわけ
です。

(OHP-20)

共時栄養学

Balance

通時栄養学

Timing
Frequency
Endurance

- 1 バイオリズム栄養学の展開
- 2 動力学概念の導入(静態から動態へ)
「時間栄養学」 Chrononutrition
- 3 食事教育の基盤強化(食事の規律化)

朝飯を抜けば、昼食でその分をリカバーする。し
かし、午前中の「失われた利益」は、お昼に幾ら食

べてもリカバーできない。午前中ぼーっとして仕事
がうまくいかない、勉強が頭に入らない。これはお
昼にどんなに食事をたくさん食べても、逸失利益は
もとに戻らない。従来、栄養学の教科書の中で、時
間概念を絡めた栄養素の評価が体系化されていると
はいいがたい。

バランスのとれた食事、バランスのとれた栄養素
摂取という問題意識は行き渡っているけれども、時
間軸の中で、どのようにバランスをとるかについて
は十分とは言えません。タイミングとかフリークエ
ンシーとかエンデュランスという概念がそこに付
随してまいります。勝手に造語して通時栄養学とい
うような、これは文化人類学の方の言葉なのです。
通時的にみるか、共時的にみるか。通時的にみるこ
とが必要なのではないかということがWHENとい
う問題です。クロノニュートリション、時間栄養
学という概念が出てくると思います。時間薬理学、
時間生物学という言葉があるなら、栄養学の世界に
堂々とかこういう言葉が出てきてもいいのではない
か。これらの現実的な問題としては、子供たちの食
事のしつけです。朝食を食べることに対して、栄
養学がきちとした理論的根拠を提供する。これは
親が子供に対して、大人が子供に対して、きちと
朝食をなさいということ、いwashめるための大前
提であります。朝食をなくてもお昼にその分取り戻
せばいいのではないかという話だったら、こういう
ことはできません。小、中学校の先生も、そういう意
味で、時間栄養学的な観点から理論武装をすること
を多分求めているのではないかと思います。

WHERE - どこで食べるか

(OHP-21)

どこで(WHERE)

食べる場所

物理的食事空間	温湿度、明るさ、色彩、 音楽、風景など
人間的食事空間	独り、家族、友人

どこで (= だれと)

共食 / 個食

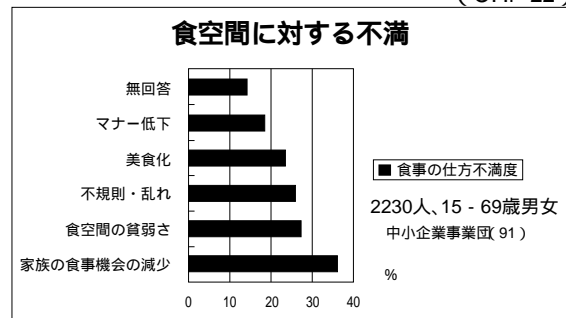
食事環境とQOLの相関

どこで食べるか的问题があります。WHEREです。
今さらと思われるかもしれませんが、皆さんも、毎
日の食事のあり方を考えてみますと、だれかと一緒
に飯を食べる、1杯やる、このようなときでも、「お
い、どこでやるか」「どこで食べましょう、こうい

うことが第一等に頭に浮かぶはず。WHEREとい
うのは、基本的に重要な問題なのです。我々は、
宇宙空間の中を何者とも関係をもたずに遊泳しなが
ら食事をしているわけではないのです。WHENは時
間、WHEREは場所です。空間です。時空を特定し
て初めて食事という行為は成り立つ。食事という事
件は成立するわけです。どこで食べるかという空間
的な問題は、物理的な空間と人間的な空間に分けて
考えるのがいいのではないか。人間的な食事空間と
いうのは最近問題になってきています。1人きり
でお年寄りが食事をする。1人きりで子供が食事
をする。いわゆる孤食という問題がいろいろな方によ
って取り上げられています。家族同士で一家団ら
んで食事をする機会が失われてしまったということ
を嘆く人がだんだんふえてきました。友人同士か、
気詰まりな人どうして食事をするか、商売相手と
真剣勝負で食事をするか。いろいろな食事空間が
あります。したがって、どこで食べるかという問
題は、必然的にだれと食べるかという問題につな
がります。

食事環境というものが大事だということは、一般
論としてはよく了解されているところでありますが、
これが最近はやりのクオリティー・オブ・ライフ
ということと極めて密接に関係しているといっ
ていいかと思えます。そうすると、WHEREの問題は、
ないがしろにはできない。

(OHP-22)



食事に対する不満調査では人間的食事空間、物理
的食事空間に対する不満が、一番大きなものになっ
ています。家族と食事する機会が減ったということ
を嘆いている人が不満の中で一番多い。それから、
自分が毎日食べている食事をする場が余りにもブ
アである。自宅の食卓、あるいは食事をするダイ
ニングルーム、そういったところが何とも人様には
おみせできないような貧しいたたずまいの中でどう
も食べている。こういう不満をもっている人がいる
のです。これはどういうことに由来するのかわかり
ませんが、概して、欧米の事情に詳しい方は、よ
くご存じだと思いますが、外国人の方の家庭の食
卓風景というのは、平均的には、日本と随分違う
印象

を受けます。ダイニングルームの天井にはシャンデリアがあったり、テーブルクロスがかかっていたり。

(OHP-23)

体の栄養学 (孤立系)

場の栄養学 (開放系)

- 1 食事環境と一体化した栄養学の展開
Field Nutrition
- 2 肉食・中食・外食
- 3 食事空間の調整・演出技法の発展
- 4 個食化対策

いわゆる場、フィールドというものをやはり認識した上で栄養学を展開するということを強調したいわけです。特に最近では、内食、中食、外食など、いわば食事空間の使い分けをますますするようになってきました。以前は内食だけで事足りていたもの、あるいは内食と外食ぐらいだったものが、中食という別なフィールドがあらわれてきているということで、空間問題というのは、毎日日々の現実の問題になっております。

この食事空間のパフォーマンスといいますか、演出技法といった方がいいと思いますが、いわゆる外食産業では非常に洗練の度を加えております。ファーストフードの店でも、チェーンレストランでも、最近ではチェーンの居酒屋というものが発達してきておりますけれども、そういうところの空間のアセンブリーです。先刻、ビジネスの世界は非常に熾烈に空間問題に取り組んでおります。この中には、音楽などというのも重要な空間要因になっておりまして、これは、ある雑誌の編集長の方にお聞きした話ですが、こういうお客さんに来てもらっては困るといったための空間のしつらえもあるのです。

例えば、中高年のおじさんたちが夕方くたびれて、1人でぼつんとカウンターで1杯やっているいろいろなことを考える。みんな一人で黙って飲んでいる。そういう背後に、ふさわしいBGMがあるわけなのです。このBGMは、大体が若い男女の嫌う演歌調のものだったりします。そうすると若い人たちは入ってこない。そんなところに若者がどやどや入ってきて、大騒ぎをされたのでは、中高年のおじさんたち

のせっかくのオアシスが壊されてしまうわけです。だから、わざわざBGMはそういうもので徹底する。居酒屋の1つの戦略です。逆のこともあるわけです。こんな騒々しい音楽、わけのわからないものがかかっているところで飲むと頭が痛くなってしまいます。これは、中高年のおじさんたちをシャットアウトするための空間の演出技法、このようにいえるかと思えます。

WHAT - 何を食べるか

(OHP-24)

何を(WHAT)

食べる物
何をどのくらい食べるか
(従来の栄養学の主題)
栄養素組成から食物を見る

非栄養素の役割の解明
食物の生理機能成分の発見

何をどのくらい食べるかの問題があります。これは、昔も今も変わらない栄養学の主題です。最近では、非栄養素あるいは反栄養素というようなものまでも視野に入れた食品成分のとらえ方が出てきました。いうまでもなく生理機能成分というものは、そういうものに含まれます。反栄養素も生理的に、ある意味をもつということです。例えば、トリプシンインヒビターというようなものが、膵液の分泌を盛んにさせるということがありますので、糖尿病の患者さんの治療食にトリプシンインヒビターを応用するというような研究も行われております。

というわけで、いわゆる何を食べるかという一見単純な問題も大変複雑になってきています。

野菜1つとっても恐ろしくたくさん我々は利用しているわけですが、これを例えば、淡色野菜と緑黄色野菜というように、2つのグループにばさっと分けてしまうということは、昨今の野菜研究の中身を知るにつれて、余りにもそれでは粗雑な野菜の取り扱いではなかるうかという問題が出てくるわけです。

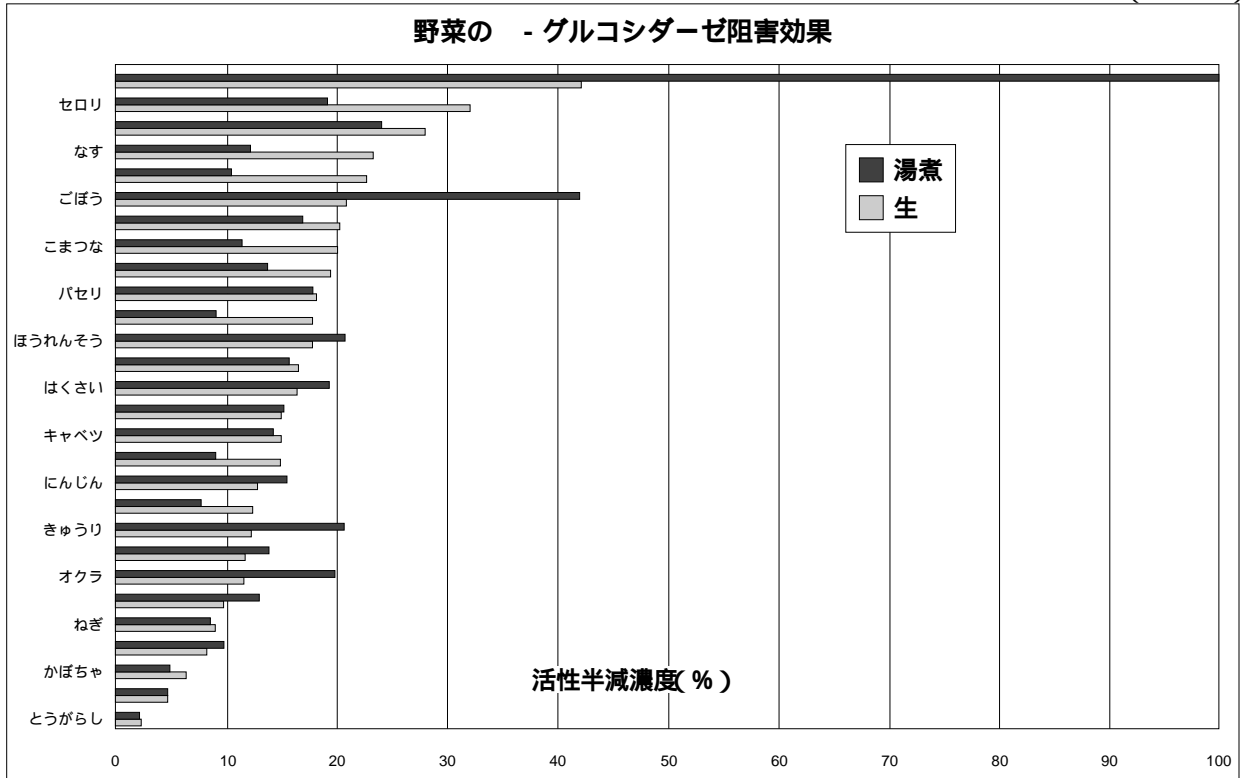
野菜類の科属別生理機能

(OHP-25)

科	属	種	有効成分 (生理機能)
アオイ科	フヨウ属	オクラ	
アカザ科	オカヒジキ属	おかひじき	
	フダンソウ属	ピート、ふだんそう	
	ホウレンソウ属 ホウキギ属	ほうれんそう とんぶり	- カロテン (抗ガン) - カロテン (抗ガン)、白血球増加因子
アブラナ科	アブラナ属	タアサイ、おおさかしるな、かぶ、からしな、カリフラワー、グリーンボール、キャベツ、レッドキャベツ、きょうな、コールラビ、こまつな、さんとうさい、すぐきな、ケール、つまみな、たいさい、たかな、チンゲンサイ、ながさきはくさい、和種なな、のざわな、はくさい、パクチョイ、ひのな、ひろしまな、プロッコリ、みずかけな、めキャベツ	グルコシノレート類 (抗ガン)、S-アルキルシステインスルフォキシド (抗コレステロール)、ルテイン (プロッコリ黄色、生体抗酸化作用白血球増加因子、サイトカイン産生因子、スルフォラン (プロッコリガン)、MMTS (抗ガン)、フラボノイド (抗ガン)
	イヌガラシ属	クレソン	グルコシノレート類 (抗ガン)
	キバナナスズシロ属	ロケットサラダ	
	ダイコン属	かいわれだいこん、葉だいこん、だいこん、はつかだいこん、ホースラディッシュ	グルコシノレート類 (抗ガン)、フラボノイド (抗ガン)、イソチオシアナート (抗菌・抗酸化)
	ナズナ属 ウサビ属	なずな わさび	グルコシノレート類 (抗ガン)、イソチオシアナート (抗菌・抗酸化)
イネ科	タケ亜科	たけのこ	
	トウモロコシ属 マコモ属	スイートコーン、ヤングコーン まこも	ゼアキサントチン (黄色、生体抗酸化作用)
イノモトソウ科	ウラボシ属	わらび	
ウコギ科	タラノキ属	うど、やまうど、たらのめ	
ウリ科	カボチャ属	日本かぼちゃ、西洋かぼちゃ、そうめんかぼちゃ、ズッキーニ	- アミノ酸 (神経機能)
	キュウリ属	きゅうり、しろうり	
	トウガン属	とうがん	
	ハヤトリ属	はやとり	
	ヘチマ属	へちま	
	ユウガオ属	かんぴょう	
オシダ科	クサソテツ属	こごみ	
オモダカ科	オモダカ属	くわい	
キク科	アキノノゲシ属	レタス、サラダな、リーフレタス、サニーレタス、コスレタス	プロトカテキユ酸 (抗ガン)
	キク属	きく、しゅんぎく	
	キクニガナ属	トレビス、エンダイブ、チコリー	
	ゴボウ属	ごぼう	ポリフェノール類 (生体抗酸化)、モッコラクトン (抗ガン)
	シオン属	よめな	
	タカラコウ属	つわぶき	
	チョウセンアザミ属	アーティチョーク	シナリン・ルテオリン (生体抗酸化)
	フキ属	ふき、ふきのとう	
	ヨモギ属	よもぎ	カフェ酸エステル (抗ガン)、抗コレステロール因子
サトイモ科	サトイモ属	ずいき	
シソ科	シソ属	しそ	オレアノール酸 (抗ガン)、白血球増加因子、サイトカイン産生因子、ポリフェノール (種子、抗アレルギー)
	メボウキ属	バジル	
シナノキ科	ツナソ属	モロヘイヤ	免疫能賦活因子
ショウガ科	ショウガ属	しょうが、みょうが、みょうがたけ	- シケトン類 (抗ガン)、ショウガオール (抗ガン)、白血子
スイレ科	ジュンサイ属	じゅんさい	
	ハス属	れんこん	
	オランダセリ属 オランダミツバ属 シシウド属	パセリ キンサイ、セロリー あしたば	フラボノイド (抗ガン)、EBV抑制因子 (抗ガン) フラボノイド (抗ガン) アシタバカルコン (抗ガン)、ACEインヒビター (血圧調節) 抗テロール因子
セリ科	セリ属	せり	
	ニンジン属	ミニキャロット、きんとき、葉にんじん、にんじん	- カロテン (抗ガン)、白血球増加因子
	ミツバ属	切りみつば、根みつば、糸みつば	
ゼンマイ科	ゼンマイ属	ぜんまい	
タデ科	タデ属	めたで	
	レウム属 (カラダイオウ属)	ルバーブ	
ツルナ科	ツルナ属	つるな	
ツルムラサキ科	スルムラサキ属	つるむらさき	
トクサ科	トクサ属	つくし	ツクシフラボノイド (抗ガン)
ナス科	トウガラシ属	ししとうがらし、とうがらし、青ピーマン、赤ピーマン、トマピー	カプサイジン (辛味、脂肪代謝促進、抗酸化)、カプサンチン (赤色、生体抗酸化・抗ガン)、白血球増加因子、サイトカ
	トマト属	トマト、ミニトマト	リコピン (赤色、生体抗酸化・抗ガン) - カロテン (黄色、生体抗酸化・抗ガン)、フラボノイド (抗酸化)
	ナス属	なす、べいなす	白血球増加因子、サイトカイン産生因子
ヒルガオ科	サツマイモ属	ようさい	
マメ科	インゲンマメ属	さやいんげん	
	ウマゴヤシ属	アルファルファもやし	
	エンドウ属	トウモロコシ、さやえんどう、スナップえんどう、グリーンピース	フラボノイド (抗ガン)
	ササゲ属	じゅうろくささげ、りよくとうもやし、ブラックマツペもやし	
	ソラマメ属	そらまめ	
	ダイズ属	えだまめ、だいずもやし	
	トウサイ (ハネミササゲ) 属	しかくまめ	
	フジマメ属	ふじまめ	
ラクカセイ属	らっかせい		
ムクロジ科	ニガウリ属	にがうり	
ヤマノイモ科	ヤマノイモ属	むかご	
ユリ科	クサシギカスラ属	アスバラガス	
	ネギ属	あさつき、ぎょうにら、黄にら、にんにく、茎にんにく、根深ねぎ、葉ねぎ、こねぎ、のびる、らっきょう、エシャロット、リーキ、わけぎ	白血球増加因子、ジアリルスルフィド類 (抗ガン)、S-アルキルシステインスルフォキシド (B1効力促進、抗コレステロール)、アリキシン (にんにく、抗ガン)、イソリクイリチゲン (らっきょう、抗ガン) MMTS (抗ガン)、フラボノイド (抗ガン)、アホエン (抗血栓)
	ユリ属	ゆりね	

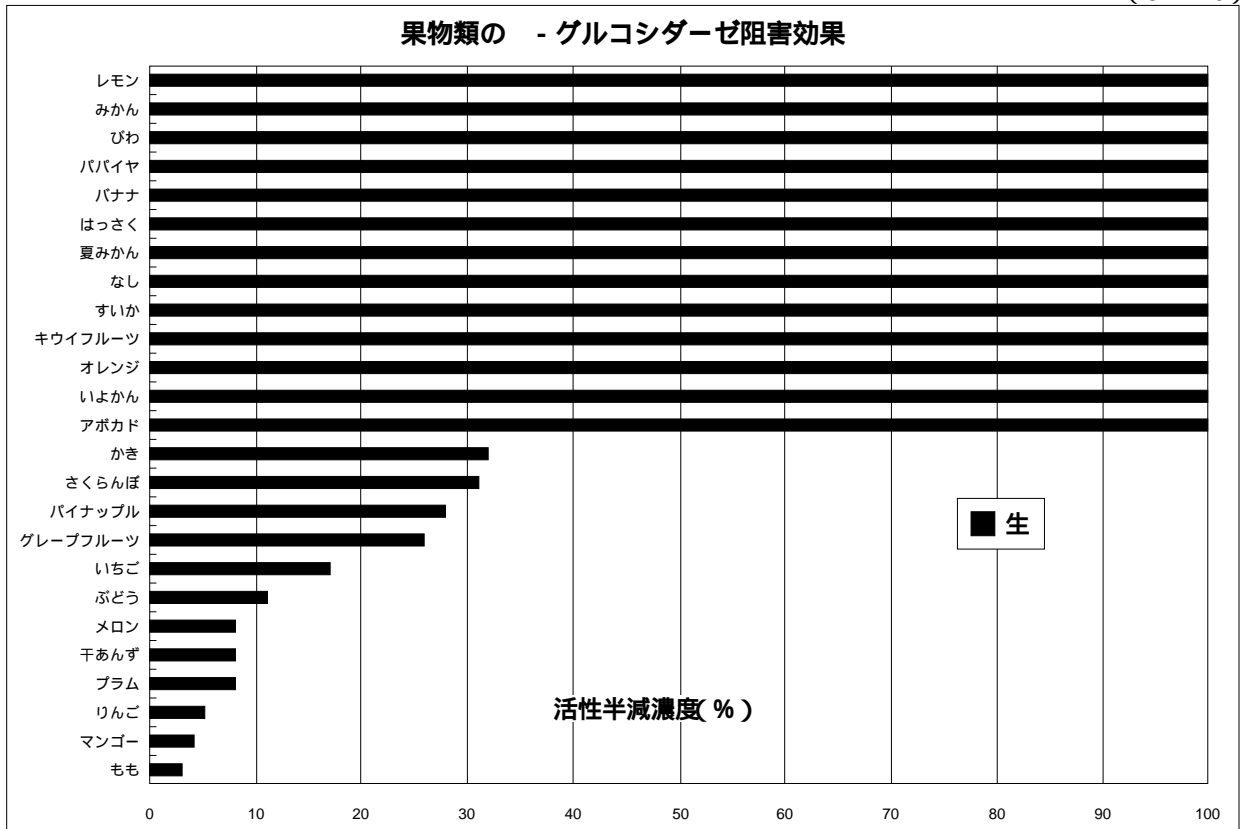
する。先ほどのトリプシンインヒビターなどもここ に入る研究テーマであります。

(OHP-28)



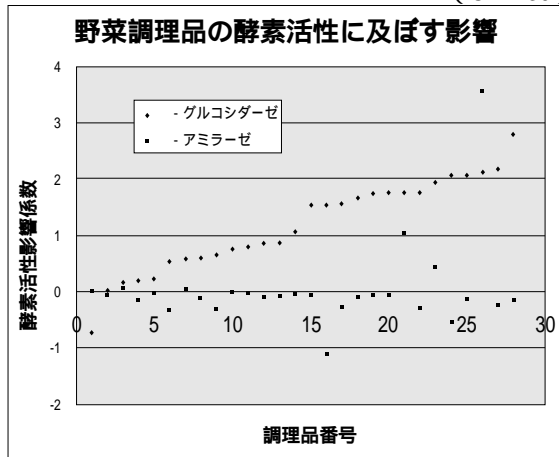
例えば グルコシダーゼを阻害するような野菜 ものほど強力な グルコシダーゼ活性阻害作用を
がいろいろあるわけなのです。この棒グラフの短い もっております。

(OHP-29)



果物についても、非常に強力に グルコシダーゼ活性を抑えるようなものがあります。これは臨床的なデータではありませんが、何か耐糖能を改善する上で使いそうな食材というものはあるのではないかとすることはサジェストしているわけです。

(OHP-30)



ある病院の年間レシピについて、そのレプリカをつくりました。主食を除く300品目ぐらいのうちの3分の1ぐらいに絞りまして、いろいろな調理品グループについて グルコシダーゼ活性に及ぼす影響を調べました。全部で30近い野菜調理品を グルコシダーゼ活性を阻害する、あるいは アミラーゼ活性を阻害するものを調べた。これは調理品レベルでありますから、かなり高度に複合した系であります。概して、野菜調理品はほとんどすべて、グルコシダーゼを何らかの程度において阻害するというデータが得られています。

ある生理機能性を付与した加工食品や、あるいはそういう機能性成分をシングルアウトして、サプリメントのように1つの錠剤のような形態にしたものもあります。加工食品の世界においては、この機能性食品がいろいろな形で展開をみているということは、よくご存じのとおりです。

(OHP-31)

食品成分の動態

- 1次成分 —— 天然素材にある成分
- 2次成分 —— 加工・調理で生成する成分
- 3次成分 —— 消化過程で生成する成分
- 4次成分 —— 代謝過程で生成する成分
- 0次成分 —— 環境(大気、水、土壌)にある成分

何を食べているのかということは、食品成分の面からよく考えるとわけのわからないことになってきます。通常、食品成分表に出ているものは、プライ

マリーの成分です。これを1次成分と呼ぶことにいたします。天然素材にある成分。しかし、人間は火を使う動物でありますから、これに手を変え品を変え、いろいろなことをやります。その結果、加工、調理、あるいは長期に貯蔵する等々をやっている間に、もとのものにはなかった、2次的に生成する成分がそこにどさっとできてきます。食べ物をおいしくするために必要なことです。こういうものが口の中に入ると、消化過程でまたさっきまでみたことも聞いたこともないような成分が新たに出てまいります。いろいろな種類のペプチド類というものがこういうプロセスでできてまいりまして、そういうペプチド類の中には、いろいろな働きをするものが最近わかってきています。

代謝過程で、代謝中間体のようなものがいろいろできてくる。これは4次成分。最終的に環境中へすべては還元されて、こういうものをゼロ次成分と名づけるとすれば、1から4まで行ってゼロに戻って、また1に来るといふ一つのダイナミックなサイクルを描いているということは、常識的に理解されることでもあります。問題は、どのフェーズで食品の成分というものを検索するかという話になってくるわけです。調理品をミックスしたものをそのままミキサーにかけて調べると、結局どのフェーズの成分がグルコシダーゼ活性阻害に関与しているのかということを知るのは、かなり難しくなっております。実は食品成分の研究がかなり複雑な世界なのだということをご理解いただければと思います。

(OHP-32)

成分栄養学 (栄養成分)

機能栄養学 (機能成分)

- 1 非栄養素の生体調節機能研究の展開
- 2 食物と医薬の連続性の認識
(代替医療の発展)
- 3 医療費低減への期待

食べ物と薬は地続きであるという認識がWHATの問題に新しいコンセプトを与えているわけです。これは昔からの東洋の医学、中国医学と称される漢方の世界です。これは食べ物と薬を峻別しない。しかし、一般には食べ物と薬は食品衛生法と薬事法があるように厳しく分ける。その垣根を低くする、あるいは取っ払って薬的な要素を食べ物の中に実現する、見出す試みが、今、WHATの世界で起こっていることです。いわゆるオルタナティブメディスン、代替医療。大げさにいって、東洋と西洋が合流

しつづつある栄養学、あるいは食物学の現代的な姿といえるでしょう。

アメリカではこういう研究が今、非常に盛んだということはご存じの方、いらっしゃると思います。病院の玄関をもうこれ以上くぐらせないようにしようというナショナルゴールを目指しているわけです。

WHY - なぜ食べるか

(OHP-33)

なぜ(WHY)

食べる物動機(目的)

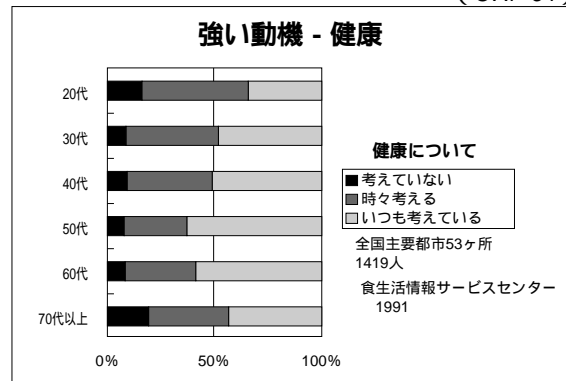
栄養的動機(生命維持)/ 嗜好的動機(感覚充足)
生理的動機(健康増進)/ 文化的動機(人間関係)

動機の多様化と食生活の混乱

なぜの問題があります。今さらと思われるかもしれませんが、インセンティブの問題です。特に、飽食の時代などといわれると、何のために食べるのか、目的がはっきりしなくなってしまう。子供たちの食生活がそのことを映し出しているように思われます。しかし、その動機というものも、まず、生きていくため、生命維持という動機があってしかるべきです。生まれて生きて以上は楽しみたい、満足したいという嗜好的動機があっても許されます。

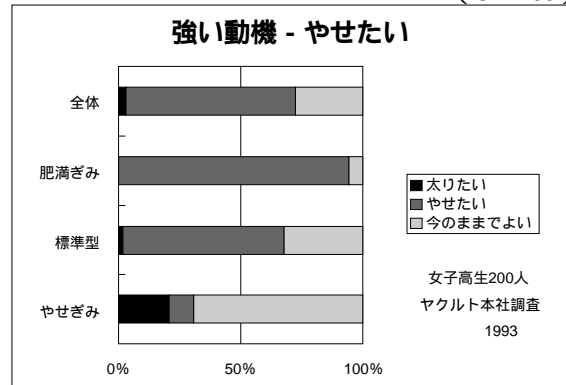
生理的な動機、長生きしたいとか病気の予防、あるいはもうちょっとこういうものを食べてやせたいとか美しくなりたい、いろいろあります。文化的な動機もあります。クラス会を開いて、酒も飯も何も出でないクラス会は皆さん、想像できませんね。10年ぶりに会うのに、お茶一杯でみんなにこにこ笑って話しして、はい、さようならと帰る。こういうことは考えられない。そのときに、我々は食べる動機、それは文化的な動機がそこで働いて、飲食物が出てまいります。しかし、動機というものは、胸の中を開いてみないとみえないので、人ははっきりいって、何を考えて食事をしているのかわからない。少なくとも多様化している。よく食生活が混乱しているとかが乱れてるとかというのは、恐らくはこういう動機づけにおいて我々の間に、ある種迷いがあるということではなからうかと思えます。

(OHP-34)



健康について、食べるたびによく考えている、時々考えるという人はかなりいる。健康というのは、食事のインセンティブとして、かなり強力なものである。どの年代層でもかなりいらっしゃる。

(OHP-35)



やせたいというインセンティブがありますね。やせたい動機があるがために食べないという選択肢がそこに含まれる。食べないという行為も一種の食事動機になります。太りたい、やせたい、今のままでよい、こういう調査もたくさんあります。上手にやせるために、このようにちゃんと食べなさいという指導が行われます。食べなければいいというのではないのだと。その場合に、美しくやせるためにはこうしましょうとかという話が出てくる。こういうことは、動機づけ、一種のカウンセリングのスキル問題になってきます。

(OHP-36)

自然栄養学
(放任)

動機栄養学
(動機づけ)

- 1 「食事心理学」「食事行動科学」研究の展開
- 2 食事教育の体系化
- 3 行動変容のための栄養・食事管理技法の深化

動機の問題を考えるということは、従来の食物栄養学の領域を超えるいろいろな問題を含んでいると

思います。心理学とか行動科学の分野になってきます。食事教育、最近食育などという言葉で、この分野の専門家がそういうことにかかわるようになってきました。行動を変容させるためには、ある技法、スキルが必要です。そのスキルの中核をなすものは、人間をどうやって動機づけるかという問題になるのです。美しくなる、頭がよくなる。これはみんな動機づけです。魚をたくさん食べると頭がよくなる。これを食べると美しくなる、肌がすべすべしてくるというのも動機づけです。単純な話では、そういうことの積み重ねの中で、ある人がそれまで、わかっているけれども、やめられなかったことを、わかっているのにやめられる、変えられるというようになっていく。これは、子供の教育においては非常に重要な問題を含んでいると思います。

HOW - どのように食べるか

(OHP-37)

どのように(HOW)

食べる形(様式)
食文化・料理文化・食事様式

多元化、無秩序化による栄養不適応
より上位の原理への要求

最後に、どのように食べるか、という問題があります。これは様式ということです。食文化、料理文化、食事様式ということで、この様式が現代において崩れてきている。はしの持ち方がわからない。はしの持ち方がわからなければ、日本型の食事の大半のおかずは食べられない話になってきます。つまり、食事様式が崩壊するという。御飯を食べない。お茶わんに盛られた御飯を食べなければ、どういうパターンの食事になるのだろうか。ということになると、食文化のどこかがほころび始める兆候であります。かなりほころびてしまっている人がいる。先ほどの大学生たちの食事記録をみると、完全に破綻を来している。16人の男女学生のうち、食べている中身をみると、6割から7割ぐらいそうです。我々は一定の食事様式の中で生きている。これは恐らく、祖先が我々に受け渡してきてくれた文化遺産です。祖先ももっていた遺伝子プロフィールに適合したある食事の形態というものがいろいろな機会に淘汰されて今に残された食事の様式と解釈することもできると思います。

そういう意味で、食文化とか食事様式の問題に、もう少し食物栄養学的なメスを入れて、それに理論的、科学的な根拠を与えるということが大事なことだと思います。三色食品群という分類が非常にすぐれていると思われるのは、そういう主食、主菜、副菜という伝統的な日本型のセット食というものを念頭に置いた分類だからです。ああいう三色食品群というものは、我々の食文化に、ある意味で栄養学的な裏づけを与えている分類だと私は考えています。

(OHP-38)

- カロテンのガン罹患率に及ぼす影響

大規模介入試験の成績

-caroten effect on cancer rates(megatrials)


中国	86 - 91年	30000人(一般)
フィンランド	85 - 93年	29000人(男喫煙者)
米国	82 - 95年	22000人(男医師)
米国	88 - 98年	18000人(喫煙者)
米国	92 - x	40000人(女保健職) x

さて、カロテンががんを抑えるということは通説であります。緑黄色野菜ががんを抑制するという疫学的な裏づけが十分にある。カロテンの機能についてもよく研究されている。ところが、これをカプセルタイプで、長期間何万人という人に与えた試験があります。フィンランドで男性喫煙者2万9,000人を対象に85年から93年まで追跡調査をした介入試験です。その結果、驚くべきことに、予想が完全に覆された。カロテンを服用していると、喫煙している人の肺がんの発症率が有意に高まったのです。アメリカでも、喫煙者について同様のデータが出ている。中国では下がったというのは一般人対象。あとは変わらない。それから、途中で先行き思わしくないのも、やめてしまったという疫学調査もあります。

このカロテンをシングルアウトした形で与えると、かえってがんを引き起こすということはどう説明したらいいのか。大体共通的な説明としては、緑黄色野菜は、カロテンではないのだということです。カロテンに、プラスX、Y、Z、A、B、C、Dといろいろあるかもしれませんが、そういう未知のファクターが、カロテンの生理機能にコンサートしているという理解です。そうすると、生理機能の研究は、途端に複雑系の問題になってきます。これは、通常の我々の食事レベルで研究していかないと、そういう間違った推論、結論に至るということを示唆しています。

(OHP-43)

1995 DIETARY GUIDELINES FOR AMERICANS
 WHO 1. Maintain or improve your weight
 2. Balance the food you eat with physical activity
 WHEN
 WHERE
 WHAT 1. Choose a diet with plenty of grain products, vegetables and fruits
 2. Eat a variety of foods
 3. Choose a diet low in fat, saturated fat and cholesterol
 4. Choose a diet moderate in salt and sodium
 5. Choose a diet moderate in sugars
 6. If you drink alcoholic beverages, do so in moderati
 WHY
 HOW
 U.S. Department of Agriculture /
 U.S. Department of Health and Human Services



これは、アメリカの食事指針です。WHEN、WHERE、WHY、HOWというところには全く言及されていません。

(OHP-44)

Guide Line PEOPLE'S REPUBLIC OF CHINA
 WHO Balance food intake with physical activity. Maintain a healthy body weight.
 WHEN
 WHERE
 WHAT
 1. Eat plenty of vegetables, fruits and tubers
 2. Consume milk, beans or their products everyday
 3. Often eat some fish, poultry, egg and lean meat. Eat less fatty meat and animal fat
 4. Alcoholic drinks should be restricted.
 5. Eat a wide variety of foods with cereals as the staples
 6. Choose a light diet moderate in salt
 WHY
 HOW Eat clean and safe foods

これは中国の食事指針で、やはりWHATが大きいわけで、WHEN、WHEREなどというところは余計な話だということで、全然言及されていません。

(OHP-45)

GUIDE LINE NORWAY
 WHO
 WHEN
 WHERE
 WHAT
 WHY "FOOD+JOY=HEALTH"
 HOW
 National Nutrition Council, Norway

ノルウェーとなると、非常に大雑把というか、ある意味で洗練された食事指針です。フード・プラス・ジョイ・イコール・ヘルスが食事指針。これは、すべてを包括しています。

(OHP-46)

ある砂糖商品のコンセプト作成例
 WHO 胃腸の弱い人、ビタミン・ミネラル不足の人の強化砂糖です。
 WHEN
 WHERE
 WHAT 1. 料理をきれいに仕上げる砂糖です
 2. 肉を柔らかくする新しい砂糖です
 3. 有機栽培の砂糖です
 WHY
 HOW 1. ひと振りでもコクがあるおいしいたまご焼きが作れる和風だし砂糖
 2. 野菜、魚、肉ジャガの煮物用の砂糖調味料です
 3. 振りかけて炊くだけでおいしいシュガートーストができます

ある砂糖商品のコンセプト報告書作成例をちょっとみて、それにぱっと当てはめてみたのです。つまり、どのように宣伝したら、悪役の砂糖をもっとみんなが使ってくれるか。いろいろ考えるわけです。いろいろな引き文句を宣伝会社が考えた分厚い報告書に5W1Hのクシを入れてみました。そうすると、WHEN、WHERE、WHYのところは全く空白で、これをつくった報告書の作者は、全く気がついていないようです。そういうところを埋める言葉、コピーを考えると、砂糖商品はもっと違った意味合いをもって来るだろう。コーヒーを飲むにも、朝は砂糖を入れて飲むのが脳のエネルギー供給に良いといろいろな栄養学者がいます。これはWHENの観点です。

(OHP-47)

日本栄養・食糧学会総会		一般講演演題数		
	1991	2001		
WHO	117	29%	140	32%
WHEN	4	1%	10	2%
WHERE	8	2%	3	1%
WHAT	250	63%	267	62%
WHY	13	3%	8	2%
HOW	6	2%	6	1%
	398	100%	434	100%

栄養・食糧学会の10年間の歩み、演題の中身を5W1Hで整理してみます。WHATの領域に属するとされる演題が圧倒的に多い。62%。栄養学の主題です。最近、このWHATの中に生理機能にかかわる演題がふえてきています。その代わり減っている演題があります。WHOのところは29%から32%にふえている。これは遺伝子にかかわる。栄食学会などに最近出られるとお気づきだと思いますが、遺伝子の話が多く出てきます。あと、WHEN、WHERE、WHY。WHENとWHY、WHEREの3つのカテゴリーについて、もう少し注意を注いでもいいのではな

いかということでありませう。HOWというのは、学会の種類が若干違うところがあります。

どうもありがとうございました。

ということで、最初のテーマに合った内容であったかどうか、甚だ自身がありませんけれども、予定

のお話はこれで終わりにさせていただきます。ご清聴どうもありがとうございました（拍手）

第4回日本フードスペシャリスト協会総会（平成14年6月18日）における記念講演

レポート

フードスペシャリストの養成にあたって - PART

教育学部におけるフードスペシャリスト養成

井川 佳子

フードスペシャリスト養成課程を設置している全国の組織の中で、教育学部というのはごく少数派であろう。しかし、昨今の学生気質や社会状況については他大学や他学部と基本的に異なることはなく、どのような学生を育てて社会に送り出すかが、厳しく問われている。この数年の情勢は、様々な大学がより特色があり、学生にとっても社会にとっても魅力のある学科やカリキュラムを整える動きが続いており、以下に述べる当人間生活系コースにおける、フードスペシャリスト養成課程設置もその流れの中にある。

広島大学教育学部は平成12年4月に改組され、その際に、教育学部教科教育学科家政教育学講座と学校教育学部生活科学教育講座の一部を合わせて、教育学部人間生活教育学講座となった。学生の立場から言えば、教育学部第4類人間生活系コースであり、一学年30名弱の学生が在籍している。このコースは、教諭免許状の取得を卒業要件としないいわゆるゼロ免コースであるが、伝統的にほとんどの学生が、中学校教諭及び高等学校教諭一種免許状（家庭科）を取得して卒業していく。かつては80%以上の卒業生が各地の家庭科教員として採用された。現在でもその水脈は保たれている一方で、近年の教員採用数の



激減は、教員以外の職業を目指す学生の増加に拍車をかけている。

中学校・高等学校の家庭科が対象としている領域は、他の教科に比べて非常に広く、しかも様々なレベルが混在している。このような科目を担当する教員の養成にはどのようなカリキュラムが適切か、常に悩まされるところである。広い領域のそれぞれの分野の知識を並べて教える場合、受講者側にそれぞれの知識等を有機的に結合して、整理統合していく能力が育っていなければ、良い結果が得られないであろう。このような能力や考え方を涵養するために、適切なガイダンスや総合的な科目が重要である。また、自主的に学習計画を立てることも大いに役立つが、これを推進するためには、核になるようなカリキュラム、つまり学生が興味を持って学ぼうとする、或いはある資格を得るためといった動機付けがあるコアカリキュラムを、いくつか設定することが有効な手段の一つであろう。学生が入学時に、自ら焦点を定めてカリキュラム選択や進路選択を行うことができれば、それが最も望ましい。しかし学生の多くは、将来の進路について真剣に考え選択する機会を持たずに、大学に入学してくるのが現状であり、前述のコアカリキュラム等は補助的な手段ではあるが、有用と考えられる。

広島大学では西条キャンパスへの統合移転を契機に、単位取得に関して学部間交流が大幅に認められ、他学部の授業を受講しやすくなっていた。また、教育学部を取り巻く状況の変化が、資質の優れた教員の輩出を要請する一方で、教員以外の職業を視野に入れたカリキュラムや、具体的な資格を目指すカリキュラムを組み込む動きの推進力となっていた。平成12年の学部改組はこのような背景の中で進めら

れ、結果として、家庭科対象領域や人間生活教育学と連携させることのできる資格の一つとして、フードスペシャリストを置くことができた。国立大学としては前例の少ない養成課程の設置とその認可に当たっては、当時の学部長、事務長、講座主任を始めとする教官からの有形無形の支援があり、また、生物生産学部には必修科目の担当を引き受けていただいた。

養成課程認可後最初の学年である平成12年度入学の人間生活系コース生の中で、フードスペシャリスト資格取得を目指すのは、同学年の1/2弱で10名余りである。現在3年次生であり、今年の12月には何人かが認定試験を受けると予測している。1年次に開講している「フードスペシャリスト論」において、食生活を取り巻く社会情勢を説明した後、このような資格取得に繋がるカリキュラムを準備した責任者として、1. 資格取得だけを目的とせず我々の食生活の現状と課題を学び取ってほしい、2. フードスペシャリスト資格を持った家庭科教師として活躍してほしい、3. 教育学の素養を持つフードスペシャリストを目指してほしい、の3点を強調しており、この方針に沿った授業内容を推進したいと考えている。

フードスペシャリストが社会的に認知されるか否かは、ここ数年の資格取得者がどの程度活躍するにかかっていると考えられる。今後さらに、その活躍を支援する体制や制度の整備と充実を期待したい。

(広島大学大学院教育学研究科教授)

フードスペシャリスト養成の初年度を振り返って

阿部 芳子

相模女子大学の食物学科には食物学専攻と管理栄養士専攻があり、短期大学部の食物栄養専攻を含めた三専攻で、栄養士免許が卒業と同時に取得できる。その中で、平成13年度から食物学専攻にフードスペシャリスト資格が導入された。それは昨今、志願者

数が増えている編入生の資格取得を考えてのことだったが、新入生にとっても魅力的な資格らしく、フードスペシャリスト資格科目の履修希望者は多い。そして、昨年12月20日に、当校で行われた第一回フードスペシャリスト資格認定試験に四年生30名が受験した。幸いにも全員の学生が合格し、認定証を手にして卒業することが出来た。今年度も多数の学生が資格取得を希望しているため、教員一同、全員の合格を祈願して養成に取り組んでいる。昨今は食品会社の求人条件の中にフードスペシャリスト有資格者歓迎の一文も見られる。今後は、さらに多くの方々に、この資格が認識され、資格の有用性が高まることを期待している。ここで、フードスペシャリスト養成の初年度を振り返り、感想を述べたい。

フードスペシャリスト規定科目は、これまでの栄養士資格科目にかなり準拠していたため、食物学専攻は資格必修科目に、余裕の単位数をあててきた。また、将来は四大と短大の認定資格に、何らかの差違を図りたいというフードスペシャリスト協会の意向を踏まえ、規定科目外に選択科目を、選択必修の形で設置した。ただ、食物学専攻は、家庭科教員免許の取得も目指しているため、若干であっても選択科目の設定には、時間割的に厳しいものがある。この度、平成14年度から実施の栄養士法改定で、栄養士養成課程並びに管理栄養士養成課程のカリキュラムが大幅に改定された。結果、フードスペシャリスト規定科目と栄養士資格科目の間に微妙な齟齬が生じた。従来の栄養士法に準拠していた規定科目等を、カリキュラム改定後、各養成校がどのように工夫・検討されたか興味深い。

指定教科書については、授業で使用している内容の重複が気にかかる。例えばフードスペシャリスト論とフードコーディネーター論での重複や、食品機能論、食品鑑別論などと栄養士の既存科目(食品学、栄養学、調理学)内容との重複である。勿論、フードスペシャリスト養成校が、必ずしも栄養士養成校でないことは承知している。しかし、教科書は現在のように複数指定せず、必要最低限度の内容を網羅させた一冊の教科書にしては如何だろう。一冊



にまとめれば重複箇所もなくなり、分かり易くもなる。従って、現行の教科書は自由選択使用にする。それで、各養成校独自の授業体系が編み出されれば、フードスペシャリストの内容の幅も広がることと思う。

今年度から、資格認定試験の問題数を増やすそうだが、丸暗記の知識だけでは済まない、資質を身につけた人材の育成こそが重要だと感ずる。専攻では、授業の中に、専門家によるテーブルコーディネートの実演を入れるなど工夫をしている。協会では養成校の教員対象に研修会等を開催されている。研修会・講演会等は、情報交換の場としても有用である。こうした企画を今後も進めて欲しい。また、臨時講師の紹介なども戴けると有り難い。

いずれ、フードスペシャリストが、どんどん現場に進出し、仕事内容で注目されればと願っている。しかし、具体的な活躍現場が、未だ十分に見えてこない。よく質問される、「フードスペシャリストとは」にメーカーと消費者を繋ぐパイプ役を担うものと説明しているが、仕事内容に漠然とした、わかりにくさがある。

以上の諸点を改善して行くには、各養成校の自助努力が必要である。同時に、協会としてもフードスペシャリストの就職先について、具体的な雇用事例をたくさん集積し、業務内容や勤務体系などの情報を各養成校に周知させる活動をして戴きたい。周りには、フードスペシャリスト資格に名称や似ているライセンスが溢れていて、違いがわかりにくい現状がある。しかし、フードスペシャリストは、総数150校を超す短大や大学が所属する協会認定される資格である。このことに自信をもち、養成に励みたい。

(相模女子大学食物学科教授)

フードスペシャリストの養成にあたって

江頭 あゆ子

本学がフードスペシャリストの養成をはじめてから2年が経ち、はじめてフードスペシャリストの資

格を取得した卒業生を出すことができました。振り返れば、フードスペシャリスト養成を行うにあたり、本学は栄養士養成課程でありますので科目設定にも制限がありフー



ドスペシャリストの科目を選定するには、できるだけ学生の負担を少なく、かつフードスペシャリストとしての専門知識が学べるように、フードスペシャリストの必修科目であるフードスペシャリスト論やフードコーディネート論の他に、世界の食文化論や世界の食文化論演習、フードコーディネート演習(本学独自)などを取り入れ、栄養士プラスアルファの知識や技術を身につけることができるように科目設定を行いました。さらに、本学では、フードスペシャリストを選択で取得するのではなく、取得必修とし全員の資格取得を目指して参りました。

実際、フードスペシャリスト関連科目は、学生も大変興味深い内容のようでした。テーブルセティングや食材や食器の選び方、マナーにいたるまで、栄養士関連科目では学ぶことのできないより専門的な分野までを学ぶことができ、栄養面だけではなく食に携わる者として知識や技術にさらに幅をもたせることができたようでした。

現代は飽食の時代と言われ、食べ物が氾濫し、どんなものでも手軽に食べることができるようになりました。テレビや雑誌などでも食に関する様々な情報が溢れ、消費者の関心も非常に高まり、ニーズも多様化、高度化しより豊かな食生活が求められています。このようななかで、BSE問題や食品の表示や食品添加物問題、食中毒問題など、「食の安全性」や「食品の信頼性」がとりざたされています。さらに、健康障害、環境汚染などの食に関する問題も増加傾向にあります。消費者として何を信じ、どのように食品を選択し、食べていけばよいのか大変不安になるものです。

このような時代だからこそ、フードスペシャリストの役割である、食に関する高度な専門知識・技能をもって正しい情報を提供できること。さらに、レストランや食堂などで快適な食事が行えること。消費者のクレームにも専門知識をもって対処できること。このような消費者側にたった専門家の必要性は

急務であり、複雑・多様化する食環境のなかで、フードスペシャリストのニーズがますます高まってくると考えられます。

今後、フードスペシャリストはさらに、食に関する幅広い知識と、常に食に関心を持ち、食に関する様々な情報を適正に判断し、消費者に提供できることが望まれます。フードスペシャリストの一人一人が実力を発揮し社会的に認知され、フードスペシャリストとしての活躍の場が広がることを期待しています。

さらに本学では栄養士のカリキュラム改正に伴

い、フードスペシャリストの科目についても見直しを行い、平成14年度より、「食品の鑑別」、「食品の機能」、「フードメイキング」、「食品の流通と経済」、「ワールドクッキング」などを新たに加え、よりフードスペシャリストとしての専門性を高められるような科目設定を行いました。今後は、栄養士免許とフードスペシャリストの両取得を目指し、健康と栄養面はもちろん、食に関する高度な知識と技術を兼ね備えた栄養士の養成を目指して行きたいと思っております。

(精華女子短期大学生活科学科講師)

商品開発

「女子大生弁当」の出来るまで

桜の聖母短期大学 生活科学科 講師 津田 和加子

はじめに

ファミリーマートから「福島発の新しいコンビニ弁当を作りたい。学生のアイデアをぜひ出してほしい」との依頼を受けたのが4月中旬でした。

桜の聖母短期大学は、カトリックの修道会を設立母体とした定員400名の小さな学校です。1955年の創設以来、「小さいけれど輝く短大」を合言葉に今日まで歩んでまいりました。卒業生の活躍と地域の皆様のご理解により、このようなお話がいただけたと感謝しております。

この企画に参加したい学生を募った結果、応募してきたのは「フードスペシャリスト」の認定をいただいている、食物栄養専攻の学生だけでした。

第1回：顔合わせ 5月7日(火)

まず始めに、ファミリーマート側から、今回の企画の内容および、お弁当の条件を伺いました。この「女子大生弁当」の販売は7月中旬、福島県内の全店で扱うとの説明に、事の重大さを知り、学生の顔も真剣なものになっていました。そこで、1年生チーム3名と2年生チーム2名とに分かれてアイデアを出すことになりました。2週間後に、試作品を作らなければなりません。

この間、2年生チームは仲間も6名に増え、学内や街頭でのアンケート調査に取りかかりました。コ

ンビニ弁当に対する不満や要望などの情報を得るためです。1年生は1人が新たに加わり4名で、実際にコンビニで売られている弁当を調べ回りました。また、図書館や書店で料理や栄養の知識を蓄え、熱心に話し合いを持ちました。



コンビニ弁当を考えた学生たち

第2回：試作1号 5月22日(水)

2年生は、アンケートの結果や自分達で食べたい物を取り合わせて彩り豊かな「四季弁当」を作ってきました。

ファミリーマートの担当者からは、ご飯とグラタンがあってボリュームが有りすぎる事、また、グラ

タンに飾った星型ニンジンが食材に無駄がでるため難しいなどの指摘を受けました。

1年生は、2年生の色彩の良さに圧倒され、自分の作ってきたお弁当を思わず隠してしまいました。彼女達は、今まで店頭に出していない「低インシュリン弁当」を作ってきました。しらす干し、梅干、青じそ、胡麻を混ぜた麦飯と手の込んだおかずがたくさん詰まっていました。

ファミリーマート側からは、時間が経つと変色してしまうものがある事、麦飯は、困難である事、内容的に高価なものになってしまう等の指摘を受けて、しょんぼりしてしまいました。デパートやホテルのお弁当であれば、可能であってもコンビニ弁当には適さない事があることを学びました。

第3回：試作2号 5月28日(火)

二度目の試作品を持ち寄ったのですが、今回は「コンビニ弁当の勉強のしすぎ」でどこのお店でも見かけるような個性のない物になってしまいました。ファミリーマート側も、それには失望の色を隠せませんでした。学生達もその場の雰囲気、落胆してしまいました。しかし、話し合いの結果もう一度、夢のある女子大生らしい弁当作りに挑戦することになりました。

第4回：試作3号 6月4日(火)

前回の指摘に奮発した学生は、気を取り直して三度目の試作品を持ち寄りました。

1年生は、三種類の試作品を持ち込みました。なかなか意見がまとまらず、膠着状態が続きました。ようやく、それぞれのエッセンスを抜き取り一つの物にまとめることができました。一方、2年生は四季弁当に戻り、最終的な原案を完成するに至りました。

第5回：試食 6月11日(火)

1年生、2年生それぞれの原案をもとに、実際に工場で作ったお弁当を試食しました。見た目はどうか、それぞれの味付けはどうか、細部にわたり学生達の意見が出され、その結果いくつかの点を変更することになりました。

第6回：工場見学 6月15日(土)

お弁当が作られる様子を知るために、工場見学をしました。厳密な衛生管理や、一つ一つ手作業しなければならない部分がある事などを学びました。

最終回 6月25日(火)

ようやく完成です。最終的には、1年生と2年生の両方のものが商品化されることになりました。4週間の期間限定ではありますが、驚くことに福島県内だけでなく、東北4県約400の店舗で販売する運びとなりました。食材の意外な取り合わせが新鮮なアイデアであると評価されたからです。お弁当に貼るシールのデザインも任せていただきました。

1年生の「桜っ子のスパバーグ」の価格は430円。ペペロンチーノ風スパゲティに和風おろしとチーズの二種類のハンバーグが入った欲張りなものです。

2年生の「聖母っ子弁当」は480円で、四季弁当が原型にあります。鮭フレークで「桜」をイメージしたご飯、鶏のトマトソース、梅レンコンやしめじ、そしてペネのグラタン風といった内容です。



左 聖母っ子弁当 右 桜っ子のスパバーグ



マスコミにも取り上げられてTV生出演 本番前

今後に向けて

今回のコンビニ弁当の共同開発という、またとないチャンスをいただいた事は、フードスペシャリストの卵である本学の学生にとって、貴重な体験となりました。消費者としての立場でしか物を見ていなかった彼女達でしたが、生産・流通・販売を担当するプロの方々と接する機会を得たことによって、今

後一層消費者を大切に作るフードスペシャリストになれるよう努力していくことでしょう。

また、学生の持つ新鮮な感覚やアイデアを自由に表現出来る場の設定も大切であると思います。たとえば、福島の駅弁にも新たな「女子大生弁当」を加えるのも一つの方法です。教員側にも、夢と新鮮なアイデアが要求されるのではないのでしょうか。

食環境

“スローフード”について

帝京短期大学生活化学科 教授 品川 弘子

過日、テレビでも放映されていたが、イタリアのローマにマクドナルドの一号店がオープンしたのがきっかけで、1989年「ブラ」という北イタリアの小さな町で誕生した“スローフード”運動、いま日本でも静かに広まっている。

“スローフード”協会会長カルロ・ペトリーニ (Carlo Petrini) は、“我々はスピードに束縛され、習慣を狂わされている。スピードは家庭のプライバシーにまで侵入し、我々はファーストフードを余儀なく食べさせられ、ファースト・ライフ^{*1}というウイルスに感染している。そこで、ホモ・サピエンスは聡明さを取り戻し、我々を滅亡の危機へと追いやるスピードから、自らを解放しなければならない”と述べている。「ブラ」の“スローフード”協会は、その指針として次の3つを掲げている。

消えゆく恐れのある伝統的な食材や料理、質の良い食品、ワイン(酒)を守る。

質の良い素材を提供する小生産者を守る。

子供たちを含め、消費者に味の教育を進める。

^{*1}「ファースト・ライフ」:「選ぶことも、評価もせず、理解しようとしめない。そして、食べ物に対して、まったく注意を払うことなく、それを考えることもなく口に運ぶ」ことを意味する(社会学者のマッシモ・モンタナーリ氏の言葉より)。

この“スローフード”は、いわゆる、ファーストフードの反対語であるが、実はここでいうスローという言葉は、単に、ただだと、時間をかけて食べようということではない。日頃食べている食べ物の素材や料理について一寸考えたり、ゆっくり会話を楽しみながら食事をする中で、食生活を見つめ直す

「ゆとり」と食べ物が本来持っている「味」大切にしようという考えから提言された人生哲学的な言葉である(たとえば、日本では、“スローフード”の対象となる卑近な食べ物としては、鰹節、地酒、漬物、手打ちそば・うどんなどを挙げることができよう)。

「ファーストフード」といえば、「安い」「便利」「手軽に買える」「どこで買っても同じ味」などのイメージがある。また、外食や中食^{*2}での利用が多く、マニュアルによって作られ、個性のない画一化された味であることが特徴的である。そういうファーストフードが浸透した食生活の現状を「ブラ」の“スローフード”協会の指針の視覚から最近の食べ物を考えると、次のようなことがいえる。

^{*2}「中食(なかしょく)」:家庭内で、店で購入したテイクアウトの「惣菜類」、「ピザ」、「すし」、「弁当」、「菓子パン」などを食べることで、内食と外食との二つの中間的な形態をいう。

については、「地元にも古くから伝わってきた伝統的な食材や郷土料理、質の良い食品、日本酒やワインの存在が希薄なりつつある」

については、「質の良い素材ないし独特の味がある食品を提供する小生産者の多くは、オートメーション化された大規模工場生産の量産品に圧され、手間隙をかけた生産をやめざるをえなくなっている」

については、「消費者、特に未来を担う子供た



ちの食生活を考えると、昼は給食を食べ、おやつには袋菓子やファーストフード、夕食は塾や習い事の時間に合わせて個々に食べるというパターンが見られ、それぞれ個人が好きな時間に好きなものを一人で食べるという個食化状況になっている」などが考えられる。

このような食環境から、結果的に、いま、子供たちにアトピーなどの皮膚病への傾向が強くなったり、骨が弱くなったり、軟食が原因で歯並びが悪くなったり、噛む力が弱くなり軟らかい食べ物ばかりに偏ったために栄養が偏り、生活習慣病となる傾向にあることは否めない。大人を含め、子供たちのこういう食生活を是正するにはどうしたらよいのだろうか？

そのためには、私たちは、今までとは違った角度からもっと「食べ物」に興味を持ち、食生活を見直す「ゆとり」を持たなければならないことに、まず気がつくことが必要だと思われる。決してファーストフードばかりが悪いわけではないし、また、“スローフード”ばかりが良いわけではない。望ましい素材の生産はもちろん、食材の調理方法、食卓の在

り方、各人の生活の在り方や、社会環境などを考えたうえで行動しなければならない。

これらのことは、まさに「フードスペシャリスト」自身の心にも留めておいておかなければならない課題でもある。「フードスペシャリスト」が、おいしいもの、いい食品を選ぶときに、また、テーブルコーディネートをするとき、メニュープランニングをするときに、食卓を中心としたアメニティを磨こうとするときに、“スローフード”の本質に相通ずるものがあるように思われる。

そうだとすれば、「フードスペシャリスト」にとって、日本全国どこへ行っても同じ味ではなく、その土地土地に古くから伝わる食べ物（その素材および調理方法）の特質（独特の味わいと健康効果）を探究するとともに、その認識を大人や子供たちに浸透させるための行動をとることが要求されるであろう。そして、この行動がきっかけとなり、多くの人々が前述のような特色ある食べ物に親しみを覚え、それが人生の楽しみと健康の維持につながることになるのであれば、望外の喜びである。

検定試験

家庭料理技能検定について

女子栄養大学 栄養学部 教授 松本 伸子

香川栄養学園では1963年以来、女子栄養大学料理技術検定を実施してきましたが、20年余の実績を積んだ1987年、文部省の認定を受けて家庭料理技能検定となりました。

女子栄養大学創立者の香川 綾は、栄養的に満たされた食事であっても、おいしくなければ受け入れられず、また栄養バランスを欠く食事は健康を維持できないと、常に「栄養と料理」を諸事の根底に置いていました。料理技術検定を開始したのは、生活習慣病の増加や食の外部化をすでに予見して、一人一人が望ましい食事を自身の責任においてとれるようにする必要があると考えてのことと聞いています。

ところで、料理技能検定は名称のうえから、調理技術のみの検定であるかのような印象をもたれます

が、その目的は、家族あるいは個人の健康のために、食生活に関する正しい知識をもつと同時に、料理が上手に作れるかどうか、つまり、健康に生きるための食事全般の管理が出来る力を1 - 4級の4段階で試験するというものです。

こうしたことは、食物関係の大学や短大では数教科にわたって履修してはいますが、受験を目指すとなると真剣に取り組むためでしょうか、本学では学生の希望に応じて1 - 4級の受験を課していますが、よりまとまった知識やしっかりした技術が身に付くようにみえます。



表1 出題範囲

		級別出題範囲(指定範囲)			
		4 級	3 級	2 級	1 級
基礎実技	調理法	食品は単品又は単品に近いもの。調理は下処理を要さず、単純な操作のもの。	食品は二品以上組み合わせさせたもの。調理は、下処理を要し、やや複雑な操作のもの。	食品は数品組み合わせさせたもの。調理操作は複雑でやや高度な技術を要するもの。	
	汁物	かきたま汁、みそ汁(豆腐、わかめなど)、ポテトスープ 豚肉ときゅうりの中国風スープ	鶏のくずたたき、コンソープ、中国風かきたま汁など	結びきすのすまし汁、ほうれん草のスープ、ささ身のすり身ととうもろこしの中国風スープなど	
	煮物	肉じゃが、かぼちゃの煮物、カレー(市販のルー使用)	いりどり、ロールキャベツ、なすのいため煮(乾燥茄子)、煮魚とつけ合わせなど	たき合わせ(たけのこ、ふき、凍り豆腐、にんじん、さやなど) とり肉と野菜の洋風煮込み、里芋ととり肉の中国風煮物など	
	焼き物	目玉焼き、バター焼き(肉、魚、野菜)	豚肉のくわ焼き、ハンバーグステーキ、ソーテ・ムニエル(肉、魚、野菜)、オムレツなど	幽庵(ゆうあん)焼き、厚焼き卵、グラタン、ムニエル(野菜、一尾の魚)オムレツなど	
	揚げ物	から揚げ(肉、魚)	フライ(肉、魚、芋、野菜)など	てんぷら、洋風ころも揚げ(魚、とり肉、くだものなど)中国風ころも揚げ(とり肉、えび)など	
	いため物	野菜の単品いため(もやし、ほうれん草など)	ピーマンと牛肉のせん切りいためなど	いかと野菜のいため物など	
	溜菜		肉だんごのあんかけなど	酢豚など	
	蒸し物		茶わん蒸しなど	酒蒸し(魚、とり肉)など	
	生、あえ物、酢の物	サラダ、せん切り野菜の中国風あえ物	ほうれん草の漬し、ポテトサラダ、とり肉ときゅうりの中国風あえ物など	あじの酢の物、めた、チキンサラダ、いかの中国風あえ物など	
	飯、麺、パン	親子丼、スパゲッティ・ソテー、炒飯、サンドイッチ	五目とり飯、ピラフ、ハムライス、涼拌麵(冷やし中華めん)など	すし(ちらしずし、大巻ずし) グラタン(魚介類など)、炒麵(いためそば)など	
	甘味	果汁かん、奶豆腐、コーヒーゼリー	茶まんじゅう、中国風蒸しカステラ、パンケーキ、プーマンジェなど	板餅紅薯(さつま芋のあめがらめ)、くすざくら、パバロア、カスタードプディングなど	
級別		1 級			
基準		和、洋、中国の様式別で高度な専門技術を要するもの。			
調理法		和 風	洋 風	中 国 風	
	汁物	すまし仕立て 卵豆腐、えび、しいたけ、さやいんげんなど 魚のつくね、しめじ、かいわれ菜など	略式コンソメ(牛ひき肉、とりガラ) ピューレスープクリーム仕立て(トマト、鶏など) 玉ねぎのスープ	酸辣湯(実だくさんのスープ) 什錦湯(実だくさんのスープ) 上湯魚丸(えびや白身魚だんごのスープ)	
	煮物	たき合わせ (里芋、いか、春菊など) 吹き寄せ (えび、子芋、しいたけ、れんこん、ぎんなん、おくらなど)	魚のノルマンド風(クリーム煮) 魚の蒸し煮(二色ソース)(パリ風) とり肉の煮込み(フリカッセ)	紅焼魚(魚や肉のしょうゆ煮) 乾燥大蝦(大正えびのいため煮)	
	焼き物	魚の姿焼き(たい、あゆ、あじなど) 魚の黄味焼き(いか、白身魚など)	魚のムニエル(舌びらめ、さけ、小だいななど) グラタン(白身魚、ほたて貝、鶏など) ソーテ(牛肉、豚肉、とり肉など)		
	揚げ物	てんぷら(あなご、めごちなど) かき揚げ	揚げ卵 魚の変わり揚げ(きす、吉びらめなど)	酥炸鮫魚(いかのころも揚げ) 高麗大蝦(大正えびのころも揚げ)	
	いため物			炒三鮮(魚介、肉などのいため物) 八宝菜(魚介、肉などのいため物)	
	溜菜			梅汁溜白魚(白身魚の梅肉あんかけ) 糖醋魚(魚の甘酢あんかけ)、芙蓉蟹(かに玉) 奶汁蝦球(えびだんごの牛乳あんかけ)	
	蒸し物	かぶら蒸し(白身魚など) じょうよ蒸し(白身魚など)			
	生、あえ物、酢の物	さしみの盛り合わせ	魚介類のサラダ フルーツサラダ	拌盤風(中国風前菜) 生魚拌盤(中国風さしみ前菜)	
	飯、麺、パン	すし(茶きんずし、姿ずし)	ニョッキ		
	甘味	じょうよまんじゅう	ショートケーキ、三色パバロア	豆沙麻球(あん入りごまだんご)	
筆記試験出題範囲					
		4 級	3 級	2 級	1 級
食事計画		ア. 食品群の区分を知っていること。 イ. 一食の献立が作成できること。 ウ. 簡単な配膳図が正しく画けること。	ア. 食品群を使って一日の献立が作成できること。 イ. 献立の配膳図が正しく画けること。 ウ. 食事を作る手順、時間、費用等が配慮できること。	ア. 客膳料理や行事食の献立が作成できること。 イ. ライフステージに合わせた献立が作成できること。 ウ. 病態に対応した献立が作成できること。	ア. 一カ月の食事計画及び課題に応じた献立が作成できること。 イ. 一カ月の食事記録ができること。 ウ. バランスのとれた食事のとり方を正しく伝達できること。
調理理論		ア. 基本的な調理法の特徴を理解していること。 イ. 食品の鑑別が正しくできること。	ア. 調理にかかわる食品衛生を理解していること。 イ. 食品の調理上の性質を理解していること	ア. 食品成分の変化を理解していること。 イ. 食物の味、供食温度等について理解していること。	ア. 新しい食品や調理機器を調理に導入し、展開できる能力をもっていること。 イ. 理論を調理に応用できること。
他		食品学・食品衛生に関する問題。			

表1に1 - 4級の試験の出題範囲を示しました。試験の内容や程度をご理解いただけるかと思えます。

試験は、実技と筆記の2本柱で構成され、実技は「切る」「むく」などの基礎と各級の難易度に応じた

料理を作る、筆記は食事計画で栄養の知識を問い、ほかに調理理論、食品、食品衛生に関することが出題されます。因みに2001年度の実技試験の問題は表2の通りでした。

表2 第15回 実技試験問題

級	問題と制限時間
1級	大根のかつらむき 8分
	アジの三枚おろし 7分
	イカの貫身焼き 20分
	中年女性が対象の 来客向けの昼食献立 90分
2級	大根のかつらむき 8分
	アジの三枚おろし 8分
	厚焼き卵 20分
	厚焼き卵を入れた 中学生男子対象の昼食弁当 40分
3級	きゅうりの斜めせん切り 6分
	ハムライス 15分
4級	きゅうりの輪切り 2分
	かきたま汁 8分

受験資格に制限はなく誰でも受験できますが、受験者は大学、短期大学生が約70%、高校生10%、ほかには主婦、一般会社員など幅ひろく、1級に限ってみると、栄養士、調理師、料理教室講師が各10%に近く、調理を仕事とする受験者の割合が高くなっています。

フードスペシャリストとしても、まず自分自身の食事を計画し、作れることは基本的な素養であり、どのような分野に就業するにしろ、確かな仕事をするためには必須のことのように思われます。

エッセイ

お茶菓子

堺女子短期大学生生活文化学科 教授 阪上 愛子

本学の西南約3kmの地、大阪府堺市宿院西に千利休（1522～1591年）屋敷跡があり椿の井戸が残っている。利休はわび茶を大成し今日の茶の湯の基礎を築いた。この利休の時代のお茶会に出てくるお菓子はどのようなものであったのか。今日では、お茶席のお菓子といえば見た目もご銘も趣のある主菓子や干菓子を想像するが、この時代に「菓子」として供されていたものはどのようなものであったのか、少しみてみたいと思う。



千利休屋敷跡

菓子とは常食のほかに食する嗜好品、昔は多くは果実であったからこの名がある、今は果実は水菓子という、とある（『広辞苑』）。また、日常私達は菓子のことをお茶菓子とよんでいる。これはお茶を飲むときに食べる菓子、お茶請けの菓子という意味である。また「お茶にする」時もお菓子はお茶とセツ

トになっていると考えられる。しかし本来は、お菓子はお茶に付随したのではなく食事についたものであった。『時代別国語大辞典 室町時代編』によれば茶請とは茶の湯の会で、茶を飲むに先立って出される菓子の類とあり「ていしゅは・・・くわいせきをいだしつゝ、ぜんもあがれば火をなほし、ちゃうけとこれをなづけつゝ、しほらしきくはしどもをいろいろみて出しければ」（『酒茶論』）、また「・・・其後サカナ御酒アリ、又茶請出、一スミアリテ茶有、亥の刻・・・」（『宗湛日記、天正十五年三月十八日晚』）とあり、料理、お酒、菓子をだしその後茶となっている。



茶会の具体的な様子を記録した会記が茶会記であり、料理献立や菓子の記載がある。残っている記録は天文年間からであり『松屋会記』は天文二年（1533）からの松屋の源三郎久政、久好、久重三代によつての他会記（他人が主催する茶会に招かれた時の記録）として知られている。この時代の茶菓子の内容を知るために、先ず『松屋会記』の『久政茶會記』（『茶道古典全集第六巻』による）に記載のある天文二年（1533）から天文廿二年（1553）までの

天文年間の28会の茶会記と、永祿四年（1561）一年間の17会の茶会記に菓子の記事を見た。この中には利休主催の茶会も含まれている。そのなかで菓子の内容の記事がみられたのは天文年間では9会であった。表にしめすように栗・榎などの木の実、芋・慈姑といった農作物、昆布などの海産物、ミカン・柿などの果実といったものとイテモチ・ヤウカンのように加工したのが見られた。永祿四年では11の会で菓子の内容の記事が見られ、木の実に新たにクルミが加わった。芋・慈姑は出ていないがコフ・ミカン・カキは同じように見られた。その他の加工品ではイリモチやフサシ（フの刺身カ）が見られた。また1度に出る菓子の種類が天文年間より増え7種や5種も見られた。7種や5種をどのように縁高に盛っていたのか、又、取り分けていたのか。『続群書類従・食物服用之巻』の「ふちたか」では、11種類の菓子を3段の縁高にのせ各段にやうじをつけた図が出ていて、1度に7種を盛ってはいなかったのだろう。今日のお茶席では人数分の縁高を重ねて主菓子をとりまわしている。

この菓子として出てくるみかんを夏まで保存する方法が江戸時代の『茶湯献立指南巻之八』に「みつかん夏まで置様事」として「つばきの葉を、箱のうち二敷、其上にならべ又つばきの葉をみかんの見えざるほど置・・・」と記載が見られ、もたせるために工夫していることが窺える。

次に『利休百會記』（『茶道古典全集第九巻』による、1590年8月17日～1591年正月24日）に利休の茶会での菓子を見た。菓子は88会に出てきており、5種が2会、3種が22会、2種が63会、1種が1会となり、一会に出す菓子の種類は2種が多かった。内訳は、

- ・木の実・・・やきくり28会、くり26会、打栗1会、いりかや11会・かや2会
- ・農作物・・・しい竹19会、ごぼう2会、こんにゃく1会

- ・豆腐・・・たうふうば（湯葉）・たうふあわ5会
- ・海産物・・・こぶ・こんぶ7会、さどい2会、たわらこ（干海鼠）1会
- ・果物・・・柿2会、木練柿2会、ざくろ2会
- ・その他・・・ふのやき68会、ふのけしあえ1会、やき餅6会、せんべい4会、おこし米3会、あぶらもの2会、あげもの1会、うすかわ（饅頭）2会、あこや（小さな団子）2会、かん1会

であった。

この記録ではふのやきが一番多く見られた。利休が好んだ菓子なのであろう。又取り合わせではふのやきと焼栗・栗・打栗が一番多く43会であった。

このふのやきとはどのような菓子であったのか。『節用集、永祿十一年本』では「麩焼」水でといた小麦粉を薄く焼いた食品、とあり、また『日葡辞書』では「Funoyaqi」小麦粉のふすまで作った一種の小餅で、鍋や朝鍋で炒り焼きにしたものとある。また『雍州府志』（貞享元年）では小麦粉をといて鍋で薄く焼き、片面に味噌をぬり経巻のように巻いたものでこれを茶子と称しとのべている。利休のふのやきはこれに近いものとされている。ミカンが『久政茶會記』には見られたが『利休百會記』には一度も出ていない。何故であろうか。

利休の後継者であった古田織部も没した後、菓子も少しずつ変化を見せ江戸時代の茶会記『槐記』の享保十一年（1726）には菓子としてゼウヨマンチウ（薯蕷饅頭）ヤキテ・アヲモチやクズマンチウシロサトウシキテ等が見られる。さらに時代が進み江戸の後期文化六年（1809）『不昧公茶会記』ではそれまでの菓子に加えて干菓子として早わらび、山かけ（不昧公好みの菓子）等優雅な銘がついた菓子が茶会記多く見られるようになった。

参考及び引用文献 筒井紘一『茶の湯事始』講談社、1992

表 『久政茶會記』にみる菓子

年	月日	菓子の内容				
		木の実	農作物	海産物	果実	その他
天文 六年	九月十二日 九月十三日	ヤキクリ ヤキクリ	クワイ	コフ		イテモチ（凍餅カ）

年	月日	菓子の内容				
		木の実	農作物	海産物	果実	その他
十一年	卯月 三日	ヤキクリ 打クリ	イモノコ 山ノイモ	コフ コフ		ヤウカン
	卯月 四日					フ・ヤウカン
	卯月 五日					コホリモチ・マメアメ
	卯月 九日					
十三年	二月十八日	カヤ・クリ	クワイ	クモタコ	ミカン・柿	
	二月廿七日					
廿二年	十月廿三日	クリ			カキ・アリノミ (梨の実)	イリ餅
永祿 四年	正月十七日	ヒメクルミ		コフ	ミカン・コネリ (木練柿)	フサシ
	二月十九日	ウチクリ		コフ	ミカン・カキ	イリモチ
	二月廿一日	クリ			ミカン・カキ	
	二月廿四日	クルミ・カヤ		コフ	ミカン・サクロ	ハセ・フサシ
		ヤキクリ			カン(柑)	コマンチウ
	八月廿三日	コホリクリ				
	九月五日	クリ		コフ		イリモチ
	九月廿八日	クリ		コフ	カキ	
	十月十八日	クリ		コフ	ミカン・カキ・キンカン	
	十二月三日				コネリ	
十二月九日	クリ			カキ	イリモチ	

閑話・村井弦齋のこと

本協会「会報」第9号で紹介があった村井弦齋(1863~1927年)の「食道楽」は、1903年(明治37年)の1月から12月にかけて報知新聞に連載されたものである。弦齋(本名は寛)は食通であったが、多嘉夫人も料理に詳しく調理に非凡の腕前を持っていたといわれる。この小説に登場するお登和さんという料理の指南役は恰も多嘉夫人を彷彿させる。「食道楽」が単行本として出版されるや、当時としては空前のベストセラーになった。莫大な印税収入を得て、翌年、神奈川平塚に1萬6千余坪の土地を購入し、松原続きの小高い丘に豪華な調理室と住居を新築する。ここから富士山が良く見えるので對岳楼と名付けた。広い敷地内に果樹、蔬菜を栽培し、家禽、山羊も飼育していたので、食料に関してはほぼ自給自足の生活をおくった。1927年(昭和2年)、64歳でこの地で没し、横浜の曹洞宗大本山總持寺に葬られた。法名は大寛院道如弦齋居士。かつての私的農場も今では市街地になっているが、1959年(昭和34年)、弦齋33回忌に当たり、平塚の有志により村井公園(八重咲町)の一角に「食道楽」の一節「今や我家の食道楽趣味は漸く田園趣味に進み行きぬ/出ては菜葉の露滴らんとするを摘み/入っては珍膳を具えて富岳の晴嵐を對す/悠々たる清興人生の幸福此の中に在り/於平塚對岳楼 弦齋」を刻んだ記念の文学碑が建てられた。1960年(昭和35年)、平塚市は藁葺屋根の對岳楼を譲り受け、村井公園に弦齋庵として移築されたが、1967年(昭和43年)に遺品もろとも焼失した。多嘉夫人も1962年(昭和37年)に81歳の高令で死去された。いま村井公園の小さな記念碑(伊豆石)を訪れる人も少なく、ただ松籟を聞くのみであるが、最近になって平塚市内のレストラン5軒ほどで供されている「食道楽」のレシピによる『弦齋カレー』だけは高い人気を呼んでいる。

事務局短信

第4回総会終る

本年6月18日(火)午後3時より、湯島「東京ガーデンパレス」において、役員・加盟校の代表者約110名が集り、第4回総会が行われました。本年度の事業計画案及び予算案の審議に続き、第4回フー

ドスペシャリスト資格認定試験の実施、第3回フードスペシャリスト養成課程研修会の開催などの報告と説明、この問題を廻り活発な意見が交わされました。また、定款の一部改正案(退会及び除名規定の追加)を承認し、欠員役員の補充として新しい理事

に聖徳栄養短期大学長の福澤美喜男氏を選任しました。そのほかランドフードスペシャリストや法人化の問題についても中間報告がありました。総会議事終了後、女子栄養大学栄養学部長・教授の五明紀春氏から、「食生活のリテラシー／問い直される『啓蒙と普及』(食事メッセージの解読)」との御演題で記念講演を戴きました。(講演内容は本会報第10号3頁～18頁に掲載)。引続き、別室で懇親会が催されて、第4回総会は午後7時15分に盛会裡に終了しました。

なお、平成13年度事業報告・収支決算及び平成14年度事業計画・収支予算は次の通りです。

平成13年度事業報告

平成13年度は引続き認定事業を推進するとともに第2回研修会の実施や食品企業に対するPR活動を展開するなど、フードスペシャリスト資格制度の充実に努めた。

平成13年度の主たる活動状況は次の通りである。

1. 会議の開催

(1) 総会

第3回総会

(平成13年6月19日(火)・東京グランドホテル)

(2) 理事会

第11回理事会

(平成13年4月26日(木)・東京ガーデンパレス)

第12回理事会

(平成13年6月19日(火)・東京グランドホテル)

第13回理事会

(平成13年10月24日(水)・東京ガーデンパレス)

第14回理事会

(平成14年2月23日(土)・東京「私学会館」)

(3) 専門委員会

フードスペシャリストのグレード等に関する検討小委員会

(平成13年4月21日(土)・東京グランドホテル)

第10回専門委員会

(平成13年7月23日(月)・東京「私学会館」)

第3回認定試験の出題調整に関する打合せ(第1回)

(平成13年9月18日(火)・東京ガーデンパレス)

専門委員会第一分科会(第1回)

(平成13年9月18日(火)・東京ガーデンパレス)



第4回総会風景

専門委員会第二分科会(第1回)

(平成13年10月5日(金)・東京ガーデンパレス)

第3回認定試験の出題調整に関する打合せ(第2回)

(平成13年10月11日(木)・東京聖徳学園)

第11回専門委員会

(平成14年1月12日(土)・東京グランドホテル)

専門委員会第一分科会(第2回)

(平成14年1月12日(土)・東京グランドホテル)

第12回専門委員会

(平成14年3月12日(火)・東京ガーデンパレス)

2. 認定事業

(1) フードスペシャリスト養成課程の認定

区分	大 学	短期大学	計
平成8年度開設	---	1	1
平成11年度開設	3	37	40
平成12年度開設	9	43	52
平成13年度開設	7	16	23
平成14年度開設	14	19	33
計	33	116	149校

個人会員累計370名

(2) フードスペシャリスト資格認定試験の実施及び資格認定証の交付

区分	認定試験受験者数	認定試験合格者数	資格認定証交付者数
第1回(平成11年度)	536	501(93.5%)	500
第2回(平成12年度)	2,551	2,332(91.4%)	2,131
第3回(平成13年度)	5,111	4,686(91.7%)	4,655
計	8,198名	7,519名	7,286名

注()内は合格率。平成12年合格者を含む。

3. 広報活動

- (1) フードスペシャリスト・パンフレットの発行
- (2) フードスペシャリストのPR広告（新聞・雑誌等）
- (3) 会報（第6号・第7号・第8号）の発刊

4. 調査研究活動

- (1) 第3回フードスペシャリスト資格認定試験実施要領の立案
- (2) 第3回フードスペシャリスト資格認定試験の問題作成及び可否判定の分析
- (3) 平成12年度フードスペシャリスト資格取得者の就職状況に関するアンケートの実施

5. 研修事業

第2回フードスペシャリスト養成課程研修会 - 食品の官能評価・鑑別に関する研修 - の実施（平成13年8月23日(木)～24日(金)・つくば市「独立行政法人食品総合研究所」・参加者77名）

6. 出版事業

- (1) 「食品の安全性」(テキスト)の発刊（平成13年

7月）

- (2) 「改訂フードスペシャリスト論」(テキスト)の発刊（平成14年3月）
- (3) 「栄養と健康」(テキスト)の発刊（次年度への継続事業）
- (4) 「食品商品学」(テキスト)の発刊（次年度への継続事業）

7. その他

- (1) 農林水産省「食生活自己診断ソフト」(CD-ROM)の配付
- (2) 農林水産省「平成12年度食料自給率レポート」の配付
- (3) (財)日本食生活協会/農林水産省「食生活指針ハンドブック」の配付
- (4) (財)食生活情報サービスセンター/農林水産省「私たちの『食生活』を考えてみませんか」(パンフレット)の配付
- (5) (社)日本農林規格協会「遺伝子組換えと食品」(パンフレット)の配付

平成13年度収支計算書
平成13年4月1日から平成14年3月31日まで

(単位：円) 予算超

科 目	予 算 額	決 算 額	差 異
収入の部			
1. 会 費 等 収 入	8,250,000	8,596,500	346,500
(1) 入会金	590,000	884,000	294,000
(2) 会費	7,660,000	7,712,500	52,500
2. 事 業 収 入	26,850,000	39,865,131	13,015,131
(1) 課程認定審査料	1,050,000	1,960,000	910,000
(2) 認定試験受験料	11,900,000	17,846,600	5,946,600
(3) 認定証交付申請料	12,600,000	18,624,000	6,024,000
(4) 研修会参加費	800,000	760,000	40,000
(5) 出版収入	500,000	674,531	174,531
3. 雑 収 入	15,000	11,553	3,447
(1) 受取利息	10,000	7,653	2,347
(2) 雑収入	5,000	3,900	1,100
4. 積立預金取崩収入	0	0	0
当期収入合計(A)	35,115,000	48,473,184	13,358,184
前期繰越収支差額	11,312,280	11,312,280	0
収 入 合 計 (B)	46,427,280	59,785,464	13,358,184
支出の部			
1. 事 業 費	17,400,000	14,760,499	2,639,501
(1) 認定試験経費	3,200,000	2,818,141	381,859
(2) 認定証交付経費	1,200,000	1,125,668	74,332
(3) 広報活動費	8,500,000	6,913,411	1,586,589

科 目	予 算 額	決 算 額	差 異
(4) 調査研究費	600,000	518,639	81,361
(5) 研修会費	2,000,000	1,637,597	362,403
(6) 旅費交通費	1,700,000	1,629,755	70,245
(7) 図書資料費	200,000	117,288	82,712
2. 管 理 費	16,540,000	13,338,364	3,201,636
(1) 人件費	10,300,000	10,153,935	146,065
(2) 退職金	0	0	0
(3) 会議費	1,700,000	766,459	933,541
(4) 印刷費	400,000	191,711	208,289
(5) 通信費	600,000	419,602	180,398
(6) 消耗品費	500,000	316,586	183,414
(7) 備品費	100,000	6,069	93,931
(8) 連絡交通費	120,000	75,520	44,480
(9) 賃借料	2,500,000	1,200,000	1,300,000
(10) 渉外費	100,000	82,587	17,413
(11) 公租公課	70,000	70,000	0
(12) 雑費	150,000	55,895	94,105
3. 積立預金支出	10,865,375	10,865,375	0
4. 予 備 費	1,621,905	0	1,621,905
当期支出合計(C)	46,427,280	38,964,238	7,463,042
当期収支差額(A) - (C)	11,312,280	9,508,946	20,821,226
次期繰越収支差額(B) - (C)	0	20,821,226	20,821,226

平成14年度事業計画

平成14年度は、フードスペシャリスト資格制度のより一層の充実を図るため、認定事業をはじめ、広報活動、研修事業、調査研究活動等の円滑な推進を期して、次の事業を展開する。

1. 会議の開催

- (1) 総会
- (2) 理事会
- (3) 常任理事会
- (4) 専門委員会 等

2. 認定事業

- (1) フードスペシャリスト養成課程の認定
- (2) 第4回フードスペシャリスト資格認定試験の実施
- (3) フードスペシャリスト資格認定証の交付 等

3. 広報活動

- (1) フードスペシャリスト・パンフレットの発行
- (2) フードスペシャリスト・ホームページの充実
- (3) フードスペシャリストのPR広告〔新聞・雑誌等〕
- (4) 「会報」の発行 等

4. 調査研究活動

- (1) 養成課程のカリキュラム・教科内容に関する研究
- (2) 認定試験の問題作成及び出題内容に関する研究
- (3) 平成13年度フードスペシャリスト資格取得者の就職状況に関する調査研究
- (4) 「食」に関する資料の収集 等

5. 研修事業

第3回フードスペシャリスト養成課程研修会 - 食品の官能評価・鑑別に関する研修 - の実施
(平成14年8月22日(木)~23日(金)・東京「女子栄養大学(駒込校舎)」)

6. 出版事業

- (1) 「栄養と健康」(テキスト)の発行〔継続事業〕
- (2) 「食品商品学(仮称)」(サブ・テキスト)の発行〔継続事業〕
- (3) 「改訂フードコーディネート論」(テキスト)の発行 等

7. その他

本会の目的を達成するために必要な事業

平成14年度収支予算書 平成14年4月1日から平成15年3月31日まで

(単位: 円) 予算減

科 目	予 算 額	前年度予算額	差 異
収 入 の 部			
1. 会費等収入	8,712,000	8,250,000	462,000
(1) 入会金	392,000	590,000	198,000
(2) 会費	8,320,000	7,660,000	660,000
2. 事業収入	43,000,000	26,850,000	16,150,000
(1) 課程認定審査料	700,000	1,050,000	350,000
(2) 認定試験受験料	20,400,000	11,900,000	8,500,000
(3) 認定証交付申請料	20,400,000	12,600,000	7,800,000
(4) 研修会参加費	800,000	800,000	0
(5) 出版収入	700,000	500,000	200,000
3. 雑収入	15,000	15,000	0
(1) 受取利息	10,000	10,000	0
(2) 雑収入	5,000	5,000	0
4. 積立預金取崩収入	0	0	0
5. 退職給与引当金取崩収入	0	-	0
当期収入合計(A)	51,727,000	35,115,000	16,612,000
前期繰越収支差額	20,821,226	11,312,280	9,508,946
収入合計(B)	72,548,226	46,427,280	26,120,946
支 出 の 部			
1. 事業費	21,850,000	17,400,000	4,450,000
(1) 認定試験経費	4,700,000	3,200,000	1,500,000
(2) 認定証交付経費	1,950,000	1,200,000	750,000
(3) 広報活動費	10,000,000	8,500,000	1,500,000
(4) 調査研究費	800,000	600,000	200,000

科 目	予 算 額	前年度予算額	差 異
(5) 研修会費	2,000,000	2,000,000	0
(6) 専門委員会費	500,000	-	500,000
(7) 旅費交通費	1,700,000	1,700,000	0
(8) 図書資料費	200,000	200,000	0
2. 管 理 費	20,820,000	16,540,000	4,280,000
(1) 人件費	13,000,000	10,300,000	2,700,000
(2) 退職金	600,000	0	600,000
(3) 会議費	1,200,000	1,700,000	500,000
(4) 旅費交通費	1,400,000	-	1,400,000
(5) 印刷費	400,000	400,000	0
(6) 通信費	600,000	600,000	0
(7) 消耗品費	500,000	500,000	0
(8) 備品費	500,000	100,000	400,000
(9) 連絡交通費	150,000	120,000	30,000
(10) 賃借料	2,000,000	2,500,000	500,000
(11) 渉外費	250,000	100,000	150,000
(12) 公租公課	70,000	70,000	0
(13) 支払報酬	100,000	-	100,000
(14) 雑費	50,000	150,000	100,000
3. 積立預金支出	25,887,581	10,865,375	15,022,206
4. 退職給与引当金支出	2,000,000	-	2,000,000
5. 予 備 費	1,990,645	1,621,905	368,740
当期支出合計(C)	72,548,226	46,427,280	26,120,946
当期収支差額(A) - (C)	20,821,226	11,312,280	9,508,946
次期繰越収支差額(B) - (C)	0	0	0

日誌（平成14.6.1～8.31）

- 6.14 第3回フードスペシャリスト養成課程
研修会開催通知発送
- 6.18 第4回総会
- 1.平成13年度事業報告及び収支計算書について
 - 2.平成14年度事業計画案及び収支予算書案について
 - 3.平成14年度フードスペシャリスト資格認定試験実施要領について
 - 4.第3回フードスペシャリスト養成課程研修会の開催について
 - 5.定款の一部改正案について
 - 6.欠員役員の補充案について
 - 7.その他（グランドフードスペシャリスト、法人化等について）
- 記念講演 女子栄養大学栄養学部長・教授 五明紀春氏
「食生活のリテラシー／問い直される『啓蒙と普及』（食事メッセージの解読）」
- 6.28 第4回総会議事報告発送
- 7.5 第13回専門委員会
- 1.第4回認定試験問題の作成分担について
 - 2.平成15年度開設フードスペシャリスト養成課程認定の審査について
 - 3.グランドフードスペシャリスト推薦基準案について
 - 4.その他
- 8.22 第3回フードスペシャリスト養成課程研修会（第1日）
- 8.22 第3回フードスペシャリスト養成課程研修会（第2日）
- 8.28 第4回フードスペシャリスト資格認定試験の実施要領等発送

第3回フードスペシャリスト養成課程研修会終る

本年8月22日（木）～23日（金）の2日間、東京「女子栄養大学」（駒込キャンパス）において、第3回フードスペシャリスト養成課程研修会が開催されました。参加者は90名。今回の研修会は食品流通の現場で活躍されておられるお三方の講演（食品の鑑別、チーズ、野菜の種類と見分け方）を何うと共に実習では女子栄養大学における取り組み方（食品の官能検査、テーブルコーディネート）の紹介がありました。懇親会（松柏軒）は女子栄養大学ならではの多彩の料理が供されました。なお、近く第3回研

修会報告書を参加者の皆様方に送付する予定です。



第3回研修会開会式

編集後記

今回の会報第10号は盛沢山の記事を掲載しました。特に独立法人食品総合研究所理事長鈴木建夫氏の“食を軽んずる輩に天誅を！”は、健全な食生活の重要性を鋭く指摘されています。発行元・著者の御承認を戴きまして転載しました。“「女子大生弁当」の出来るまで”は、朝日新聞2002.7.18付朝刊に『コンビニ弁当女子生大プロデュース』の見出しで紹介があったことから、桜の聖母短期大学の津田和加子講師に苦労話を語って戴きました。そのほか、スローフード、家庭料理技能検定、お茶菓子の由来など、先生方にはお忙しい中を縫って貴重な食情報をお寄せ戴きました。今後とも皆様方から多くの御寄稿をお待ちしています。