



食の楽しさを伝えたい!

～自然に台所に立つ人を増やしたい!～

子育てと会社経営を両立させ、
さらに食育を実践している
NPO法人 生活環境テラス理事の
畑中裕子さんにお話を伺いました。



お仕事は何をしているのですか?

地域づくりのお手伝いをするコンサルティング会社を営んでいます。地域のまちづくりや福祉保健政策をはじめとした各種政策に関する計画立案及び調査等の業務を請け負っています。地域に根ざしたコンサルティングに赴き置き仕事を行っています。

地域住民からの情報やふれあいを大切にしなが、「対話型の計画づくり」をモットーに仕事をしています。

ある時、健康づくり計画や食育計画等の仕事に携わっていると、計画立案するだけでなく自分自身も実践活動していく必要があるのではないかと感じました。そんな時、「NPO法人生活環境テラス」の立ち上げの話があり、活動に参加できるのではとの思いから事務局を引き受けました。

NPO法人生活環境テラスの活動は?

食育、食文化の推進及び防災や環境に関する事業を行っています。

食育では、教育的な食育ではなく楽しく調理するように心がけています。最新式の調理器具を使うなどして、楽しみながら「作る・食べる」を体験することで、自炊できるようになり、将来、メタボリックシンドロームになりそうな人達や食育環境にない人達が、知らず知らずに食に関心を持ち、結果的にメタボリックシンドロームの予防

になれば良いと考えています。

食の楽しさを教えるのではなく伝えたい。自然に台所に立つ人を増やしたい。しいては外食ばかりの人達の内から僅かでも自分で作って食べる人達が増えれば、それも食育だと思っています。

将来的には、栄養士と協力して、メタボリックシンドロームのレストラン「ドクターズレストラン」など出来ればと考えています。

防災では、2006年10月新川地区で行われた防災訓練に参加し、防災救助用炊飯袋を使った炊き出しを行いました。地域住民の暮らしの安全・健康に寄与する目的として活動しています。

子育てと仕事の両立は?

私の子どもは4才と3才の二人です。最初の子は予定より2ヶ月早く生まれました。初めは、子育ては大変かなと思いましたが、産後すぐに病院で託児



を紹介してもらい子どもを預けることで、仕事もすぐに再開できました。今は、子育てや食育について特徴のある保育園に通っています。周りの人に助けられながら、良い環境の中で両立できています。

家庭での食育は?

仕事を通じて、食育の大切さに気づきました。

朝から「味噌汁 納豆ちようだい」と言う子、お菓子を選んで食べる子になってくれたら良いと思っています。

どんなに忙しくても、毎日ご飯は、しっかり食べさせています。外食もたまにはしますが、家庭での食事の際は、旬ご飯のような何回も噛む必要がある繊維質の食材を使うように心掛けています。

男女共同参画について

これからの男女共同参画は、受身の姿勢ではなく自らアクションを起こす時代になっているのではないかと思います。

男性・女性それぞれが共に自然と台所に立つことができるような、いろいろな機会がたくさん増えてくるといいなと思います。

それぞれのアクションを社会が後押しするように欲しています。行政は支援の時代にきているのではないかと感じています。