

2015/11/15号

〒657-0064 神戸市灘区山田町3丁目1-1 神戸学生青年センター内
食品公害を追放し安全な食べ物を求める会
TEL & FAX : 078-822-0810 第2FAX : 078-842-2430
■URL : <http://www.geocities.jp/youki11831>
■Email : info.motomerukai@gmail.com

求める会ニュース No. 907

食料環境セミナー報告

「スマホ時代の大人が知っておきたいこと」

2015年10月28日(水) 10:30~12:00

兵庫県立大学環境人間学部 准教授

竹口 和雄さん

竹内さんは、4年前からスマホ時代の子どものトラブルを解決しようと活動している。

NHKでネットいじめに関する番組の監修をした。23歳の女性ネットが、トラブルの内容をみて答えた意見の中で、「メール」と発言したら「あっオバハン」と中高生の心にシャッターが下りてしまった。今時の子どもはメールはしない。基本は無料通信アプリ「ライン」だ。

小学校低学年の家には、仕事で必要な家は別として大半固定電話がない。スマホ時代の到来だ。幼児がいうことを聞かないとき「おにから電話」を使う親、赤ちゃんが泣いたらあやしてくれるアプリもある。育児を楽しんでこれでよいのか考えてしまう。

子どもがネットゲームをして高額の支払いをするハメになったり、若者が悪ふざけの様子を投稿して賠償責任を負い、さらには進路を断たれたりしている。小中学生では、ラインのやり取りで言葉が足りずに誤解されていじめやケンカになることがある。高校生ではさらにエスカレートした事件が起きている。出会い系サイトで性的被害を受けた女子に、なぜ会ったのかと質問すると、お金を得るため、寂しかった、相談に応じてくれたと答えている。

スマートフォンについて、大学生や県警の人を交えて授業を行った。大学生が夜遅くまでラインを

して翌朝遅刻したと失敗した話をすると子どもの心のシャッターが開く。ラインの途中で誰かが「おしまい」と送ると終了出来てトラブルがなくなった。姫路のある高校のオープンスクールに参加した中学3年生には、ラインは夜9時まで、ただし寝る前10分間は見てもよいが返信は翌朝にと提案した。

幼児や小学校低学年には親がルールを決める。それより上の子どもは仲間と、時には先輩の意見も聞いてルールを決めるのがよい。

スマホ時代の子どもと向き合うために大人が心がけることは、①いつでも相談に乗る姿勢を示す、②「危険だからやめなさい」ではなく子どもの意見をよく聞いてあげる、

③「自分はスマホに詳しくないけど詳しい人を知っている」と伝える。詳しい人としての相談先の電話番号は、最寄りの警察＝#9110、お金がからむことは最寄りの消費者センター＝188。子どもにスマホを与える場合は、危険なサイトにとばないように、携帯ショップでフィルタリングの設定をしてもらう。

大人たちがわからなくなってしまったことは、子どもたちに学びながら一緒に考えていくことが大切だ。
(高砂G 藤原 栄子)

次回食料環境セミナー

「親と子どものための食物アレルギー
予防から治療まで」

2015年11月25日(水) 10:30~12:00

同志社女子大学生生活科学部 特任教授

伊藤 節子さん



2015年度 秋の地域集会報告
～「認知症にならない生活」の学習と、収穫感謝祭の相談～



尼崎・芦屋・西宮地域 10月22日(木) 10:00～12:00 西宮中央公民館

出席者：明松、池田、岩本、大野、尾園、高橋、西、東山

認知症についての話では、その危険因子である糖尿病が話題に。高GI食品と言われる精製白パン、白米ごはんなどは血糖値が急激に上昇し糖尿病のもとになります。それに対し野菜、きのこ、海藻、大豆、果物などの低GI食品は血糖値の上昇はゆっくりで、インスリンが過剰に作られることはありません。予防に有効なのは魚で、よく食べる人は食べない人より発症リスクが半減することがわかっています。一方認知症になりやすいものとしてはアルコール、タバコ、ファーストフード、揚げもの、バターやマーガリンなどの油、白砂糖などがあげられます。本当に学習するたびに日本の食事は健康食だなと感じます。食べ物以外の生活習慣としては、毎日30分以上歩くこと。意識して歩くようにしなくてはいけません。それと認知症にアロマが効くという事に皆さん興味を示していました。

認知症の家族を抱えた経験のある人や、現在抱えている人、自分の将来が不安だと言う人。それぞれの立場からいろんな話で盛り上がった学習会でした。(松並G 池田 真知子)

灘・東灘・中央地域 10月24日(土) 10:00～12:00 神戸学生青年センター

参加者：明松 岡 小浦 茂松 高島 高橋 南家 飛田 福本 村上 山下 岡部

会う機会の少ない南家、高島、村上、山下さん達も出席。歓迎!

学習資料、「認知症にならない生活」を読みながら、高橋さんの説明を聞く。良いことは取り入れ、いつまでも現役で、社会、地域とかかわりあう。地域の理解を求める、地域での言葉かけをするなど、沢山の意見が出て活気のある話し合いになりました。

その他、◇小松農園訪問は得難い収穫。素敵なリンゴ園での小松さんのおもてなし、紅葉、温泉、特に先輩諸氏と色々お話が出来たことが楽しかった。◇使い方がわからない材料、例えばエンジンの間引き菜の料理法をニュースや先輩達から教えて貰ってよかった。◇求める会の今後について：生産者、消費者双方とも高齢化、先細りの状況。若者を引き入れるのは難しいが、魅力ある先輩方が自分たちの生き方で活躍している今、我々の希望の星だ。意識の高、高齢者を引き入れるのも一つのやり方。……色々な意見が聞けて活気のある楽しい地域集会でした。(センターG 岡部 真理子)

宝塚地域 10月27日(火) 10:00～12:00 宝塚教会

出席者：福井、多胡、魚井、武内、信長、大森、近藤、今田(逆瀬川) 衣川(末成) 高橋(ジェームス山・学習研究担当) 明松(都由乃町・会員担当) 大野(松浜・代表)

「認知症にならない生活」の学習では、防止も大事だが、それまでの生活を続けられるよう、地域で助け合い、つながる仕組みを作ることが大事ではという話が多く出ました。また、収穫感謝祭では、宝塚地域が担当する喫茶について相談。「これからの求める会について」では、「配送など他に委託できることは委託しても、提携の理念など、求める会の大切な部分は残すべき」「高齢化で負担が重くなり、やめる人が出てくるのは止められないし、若い会員を増やすのも力が要る」「会の活動で減らせるものは減らし、求める会の理念を若い世代につないでいくような活動、実践的な情報の発信に力を入れていく」などの意見が出ていました。(逆瀬川G 今田 裕子)

兵庫・長田・北区地域 11月4日(水) 12:00～14:00 熊野地域福祉センター

出席者：大野(松浜) 飛田(鶴甲団地) 高橋(ジェームス山) 岡、今井(西山町) 陶木、前川、寺沢(夢野町) 明松、稲井、福島、小林、森山、花岡(都由乃町)

収穫感謝祭の相談をしました。子供を育てるコーナーのお手玉のお手伝いで夢野町Gにお手玉の名手がおられ、お手並み拝見し、絶賛しました。(→次ページへつづく)

学習：認知症にならない生活 高橋さんが説明を加えながら資料を読んで下さり、話し合いました。

お母さんが97歳という方の日常生活をお聞きしたら、よく喋る、起きる前に軽い体操をする、自分の事は自分でする、働くということでした。夢野Gでお年寄りのサークルのお手伝いをしておられる方のお話では、男性はプライドが高いのか、集いにお誘いしても嫌がる傾向が多いそうだが、参加して楽しい、話し相手が出来たなどのきっかけで外出される機会が増えたそうです。また、他の会員さんは、今は情報社会で認知症のことも知ることができる。それはそれでいいことだが、情報が多すぎるというか、先走りするというか。もっと自然な形で受け入れる姿勢も大切なのではないか。歳をとるのは当たり前、昔も今も変わらない。少々スローでもそれなりに周りで受け止めていくことも必要な気がすると言われました。(都由乃町G 花岡 桂子)

垂水・須磨・西区・明石・加古川・高砂地域 11月1日(水) 10:00~12:00 レバンテ垂水

出席者：小倉、藤代、加藤、川端(つつじが丘)北野(潮見台)田中(北須磨)井上(千鳥が丘)高橋(ジェームス山)野澤(月見山本町)村川、庄谷(大久保)小原(加古川東)藤原(高砂)飛田(鶴甲団地)岡(西山町)猪飼(川西町)大野(松浜) = 17名

会員担当の岡さんから収穫感謝祭について説明を受けた後、当日と前日の食堂の働きについて相談しました。「認知症にならない生活」では、介護経験のある方から、家に閉じこもらない、現実を肯定してあげる、隣近所と仲良くしておく、家庭の対応が大切(うつの場合もある)などお聞きし、防止策として心がけることは、社交性、おしゃれをする、求める会等何かの活動に加わる一でした。

(加古川東G 小原 恵子)

「旬の食材と食卓を結ぶワークショップ」に参加してみませんか？

10月17日(土)甲子園口の朝市会場で、旬の食材と食卓を結ぶワークショップ「食卓のそばに」を行いました。若い子育て世代のママが旬の食材をどう料理したらよいかわからない、料理に手間暇かけたくないという現実がある。その結果、からだを壊し、医療にお金も時間もかけている現実がある。現実を訴えても、自らの「気付き」がないと人は動かない。「気付く」ための「きっかけ作り」として、まずは我々夫婦から「行動」を起こして、少しでも「旬の食材」に興味を持ち、「美味しい！」という感動から、「食卓」へ繋ぐことができないかと思ったのがきっかけです。

ワークショップのコンセプトは、【学び】×【遊び】⇒【気づき】です。楽しい雰囲気を作りながら、食の大切さに「気づいて」もらい、空の手間暇から「食卓」へ届け、「美味しい！」を実感してもらうかを考えています。

1回目は、みんなでマヨネーズ作り！ 次のボン酢のテイスタングゲームでは、ミツカンの味ボンと2種類の自家製ボン酢、嗅覚と味覚から違いを当てるゲーム！ 最後に「食」と「健康」に関するテーマで、それぞれの深イイ話で盛り上がり、いい刺激を受けました。

次回は、「キャベツ解体新書」「キャベツの部位にあった料理の話、キャベツの魅力、究極の生キャベツの美味しい食べ方を徹底追求！」を考えています。調味料等はすべて準備して、参加者が持っている「ノウハウ」をみんなでシェアすることで、「食」の意識を高めるのが目的です。

ここで求める会のメンバーの方にお願ひ。求める会を継続し、次世代に継承していきたいと思われる方は是非一度参加していただきたく思います。若い世代がどのように考えているか、理解する絶好のチャンスだと思うからです。今後、求める会自体が次世代へ繋いで継続していくという全体の合意があれば、技能伝承プロジェクトを是非立ち上げてほしいと思っております。

参加してみたい方は、私の携帯(090-7883-1396、アドレス kazutani1202@gmail.com)までご連絡下さい。(熊野町G 谷口 一生) = 別紙チラシ参照