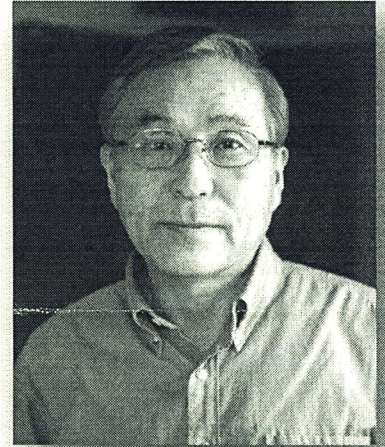


平成22年度中巨摩学校保健会学習会

演題 「食卓の絆」

～食べものには心の栄養もある～

講師 **井上 勝六 先生**
クリニックいのうえ院長
中巨摩学校保健会会長



忙しい現代人にとって、加工食品や外食の利用など、食の文明化は避けがたい現実です。しかし、便利だからといってそれらを無制限に受け入れていけば、家庭や社会の崩壊につながりかねません。というのも、火を使うことで文明を発展させてきた人間の原点は料理で、それを仲間と一緒に食べることで交流が始まり、家庭が生まれ、また社会が作られてきたからです。

実際、原始社会では焚火、古代インドやローマではフォーカス(炉)、日本では囲炉裏などが、人々の食事、だんらん団欒、睡眠など生活の中心として機能してきました。フォーカスは英語で「中心」とか「焦点」の意ですが、その語源はローマ時代の炉(フォーカス)で、それが家族や社会の中心だったのです。モノはあっても心の無い時代といわれるのは、中心や焦点が定まらない、つまり、家庭の台所や食卓の機能が低下してしまったからといえましょう。食べものには身体の栄養だけでなく、人々を結びつけるという心の栄養もあったのです。

食の文明化に安易に乗らずに人間の自己家畜化現象を食い止めるためには、人間の絆の原点である共食(共に食べる)の歴史や文化の意味を問い直し、実践していかなければならないのです。

講師プロフィール

山梨県生まれ。南アルプス市吉田にあるクリニックいのうえ院長。

「良い食事は健全な心身を作る」との観点に立ち、東西の医学の長所を活用しつつ、日常の診療に従事されています。中巨摩学校保健会会長。南アルプス市豊小学校学校医。

著書 「薬喰いと食文化」(三嶺書房)・「食卓は警告する」(大修館書店)・「月曜日からの食卓」(光琳)・「食の万歩計」(近代文芸社)・「成人病を防ぐ現代人の食事学」(丸善ライブラリー)・「食と健康の文化史」(丸善ブックス)・「生活習慣病と食養」(現代出版プランニング)・「旅の待合室」(山梨ふるさと文庫)・「脳で食べる」(丸善)

編著 「ぼすとPart1～6」 監修 「きな粉ドリンクが効いた」(マキノ出版)

写真集「目の千歩径」・「目の千歩径2」

男性の方にも聞いていただきたい内容です。ぜひご参加ください。

日時 平成22年7月14日(水)
15時30分開始

会場 南アルプス市白根桃源文化会館

主催 中巨摩学校保健会

(事務局 南アルプス市立豊小学校 担当：風間・芦沢)

TEL 055-283-5115