

## プログラム

- 9:45~10:00 開会挨拶(古越副委員長)  
 / (山口副会長)
- 10:00~10:40 飯塚律子先生
- 10:40~11:40 砂田登志子先生
- 11:40~12:00 中島常允理事長
- 12:00~13:00 昼食・展示場見学
- 13:00~14:00 安部 司先生
- 14:00~14:40 竹熊宜孝先生
- 14:40~15:00 井出教義先生
- 15:00~15:20 伊藤正男先生
- 15:20~15:50 休憩・展示場見学
- 15:50~16:10 甲田光雄会長
- 16:10~17:20 パネル討論会  
 「土の健康から生まれる食といのちの輝き」
- 17:20~18:00 寺山心一翁先生
- 18:00~18:05 閉会挨拶(須永委員長)
- 19:00~ 懇親会

先着優先  
 売切れ必至

## チケット販売について

今年も超満員が予測されますので全席指定席とさせていただきます。  
 どうぞ皆様のご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

普通指定席 4,000円  
 【ペア割引・2枚で7,200円】

S指定席 5,000円  
 【ペア割引・2枚で9,000円】

※日本総合医学会会員の方はご本人の1席についてのみ2,000円割引の特典があります。(なお、大会当日の入会者にもこの特典は適用されます。)

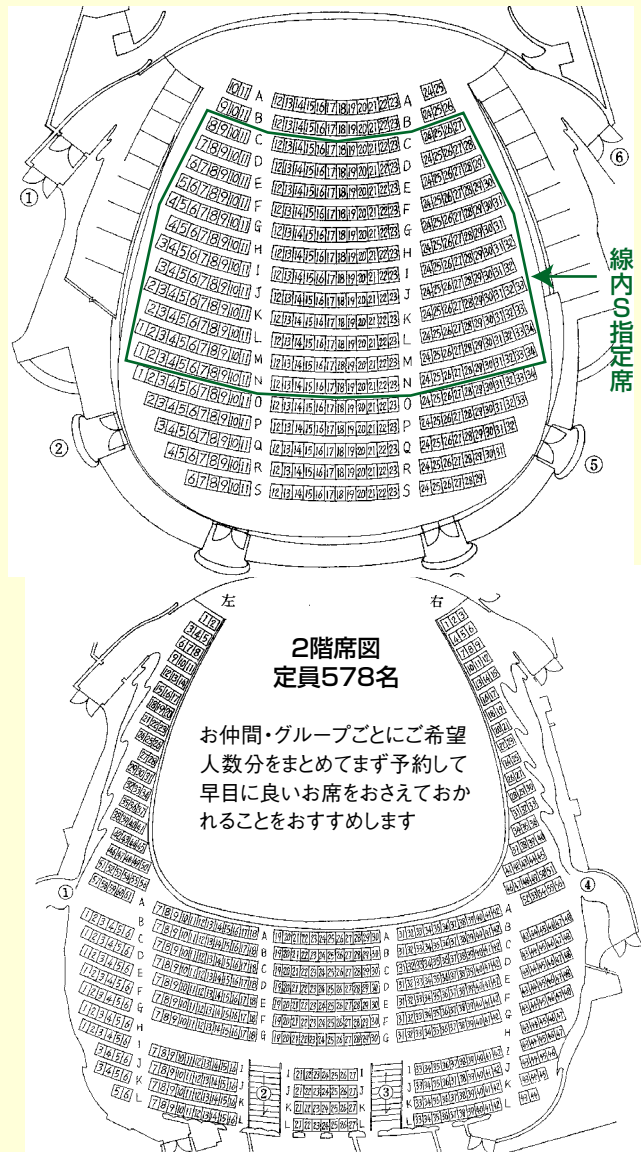
指定券のお申し込みは、FAXまたは郵便にて先着順にお受けいたします。  
 普通指定席、S指定席別に何席ご希望か、できるだけ早くお申し込みください。  
 ご入金順に、良いと思われる席から順番に埋めさせていただきます。

お申し込み受領次第、金額を入れた郵便振替用紙を郵送させていただきます。  
 指定席券はご入金確認後、10月初旬にお手元へ届くよう9月末に発送いたします。  
 少しでも早めにお申し込みとご送金をいただいて、良い席を確保してください。

お振込み先は **郵便振替 00120-4-758911**

※食養学院について関心のある方は、事務局までお問い合わせください。

よみうりホール 指定席申込書 FAX.03-3237-8553



2階席図  
 定員578名

お仲間・グループごとにご希望  
 人数分をまとめてまず予約して  
 早目に良いお席をおさえてお  
 かれることをおすすめします

郵便振替 00120-4-758911

お名前	普通指定席 ( )席分
電話番号: FAX:	S指定席 ( )席分
ご住所 〒 -	申し込みます

大地と食(いのち)のハーモニー  
 —いのち輝かす食育へのめざめ—

第61回

# 東京大講演会



2006年11月12日(日)

開場 9:15 / 開会 9:45 / 閉会 18:00

有楽町駅前よみうりホール(ビックカメラ 7階)

NPO法人 日本総合医学会

〒102-0093 東京都千代田区平河町2-12-18 ハイツニュー平河8C  
 TEL:03-3237-8552 FAX:03-3237-8553

E-mail: info@nsi.or.jp  
 http://www.nsi.or.jp/

# 子どもに伝えたい本物の食

## ごあいさつ



会長 甲田 光雄

日本総合医学会会長／甲田医院院長／  
医学博士

## 現在の「食育」に盲点がある

最近、日本の社会では「食育」が大変盛んで、全国の各地で行われています。これは誠に結構なことで、国民の食に対する関心も高まってくるでしょう。しかし、現在行われている「食育」の内容をよく検討してみると、大きな盲点があるのに気がつくのです。食卓を囲んで、みんな仲よく明るい雰囲気、安全で栄養豊富な食事をおいしく食べる。これでは誰でも腹一杯食べてしまいますよ。人間の持つ食欲本能というものがいかに強烈であるかを知らず解るのです。その結果、食べ過ぎの害が出てくるわけです。自分の胃腸が持っている処理能力を超えて食べ続けると、その過剰の食べ物は腸管内に渋滞し、「宿便」となってくるのです。その宿便が腹の中で腐敗・発酵する過程で盛んに有害物質が産生されるとなれば、これは大変です。「宿便は万病のもと」と云われるのはこのことです。これではすやかに老いることなど到底難かしいでしょう。食育を考えると、食事の質と量にもっと健康面からの配慮が必要です。

もう一つ大きな盲点は、食べ物は「いのち」であるとはっきり自覚していないことです。

「いのち」をいただくのですから食べ物は無駄にならないように、また粗末に扱うことなく、感謝の念を持っていただくことが食育の基本でなければなりません。

この盲点を改善する必要があるのですが、これは日本総合医学会がやります。どうぞ宜しくお願い申し上げます。



中嶋 常允 先生

日本総合医学会 理事長／理学博士／  
農業科学研究所所長／  
農文協「食と農の応援団」メンバー

## 土といのち

ミネラルがバランスよく含まれている土で育てた農作物は、おいしくて栄養が豊富な上、健全に育つので農業の必要性が殆んどなく安全安心な農産物が得られます。このミネラル野菜を食べると健康が増進し、医療費が減少した自治体も現れてきました。

## 講演

### 食の安全性を問う

～まね物食品で私たちが得たもの、失ったもの～



安部 司 先生

食品ジャーナリスト(食品添加物のソムリエ)／有機農業JAS判定員／  
水質第一種公害防止管理者

大学卒業後、食品添加物の専門商社に勤務し、「添加物の神様」といわれるほど添加物に精通する。退職後、無添加食品、自然海塩の開発の傍ら、まね物食品増大による食生活の危機を訴える講演活動を行っている。

食品添加物を使うと、「美しく仕上げる」「味をよくする」「長持ちさせる」「価格を下げる」ことができて、スーパーも消費者も喜んで。ほんものに似せたまね物食品もある。評論家の中には食品添加物の安全性を言々する人もいるが、それよりも安価なまね物食品が日本の伝統的な食卓を壊し、子どもの味覚を壊し、日本の食文化を壊していることこそ問題である。



著書：食品の裏側

## 講演

### 幸福は口福から



砂田 登志子 先生

食生活・健康ジャーナリスト／内閣府「食育推進会議」専門委員／  
「BSE問題調査検討会」・内閣府「食の信頼確保に関する勉強会」  
委員／農文協「食と農の応援団」メンバー

食は命。食べ方は生き方。料理は心。味わう、楽しむ、もてなすは文化。食育はこれらすべてに関わる生涯学習です。「三つ子の健康百まで」をめざす食育は、字が読め、数が数えられる前から、幼児自らが五感を総動員して、現場で体感、体験、体得していく、すばらしい総合教育です。風土に合った地産地消、旬産旬消の食育は、自然、くらし、人間を大切に作るやさしい心を育みます。

著書に「今こそ食育を！」(法研)、「漢字で食育」(求龍堂)、「楽しく食育」(全国農業会議所)、他



著書：みんなで食育

## 講演

### いま、見直される雑穀のパワー



伊藤 正男 先生

国産雑穀全国普及協会 会長／日本雑穀協会 理事／  
イーハトーブ雑穀村 村長

縄文時代、日本人の主食は雑穀でした。当時の人たちは雑穀からカロリーだけでなく、たんぱく質、ビタミン、ミネラル、食物繊維等、多くの栄養素を得ていました。白米と欧米食でおかしくなった現代の食生活。日本の伝統食・雑穀が今、大変注目されています。

## 講演

### 有機米はここが違う



井手 教義 先生

「秋田県・大瀧村環境創造 21」副理事長／  
(有)粋き活き農場代表取締役

全国でも有数の米どころ・秋田県大瀧村で、有機JAS認証米の生産と販売を行っています。完熟堆肥とアイガモ農法により、「あきたこまち」の有機米を栽培しており、有機米と慣行農法による米がどう違うのか、ご説明致します。

## 講演

### 「生涯現役」若々しく輝いて、しなやかな肉体、 頭脳、精神を保つ食生活を考える



～高齢者なんていわせない～

飯塚 律子 先生

フードコンサルタント／「飯塚律子ヘルシーフーズ研究所」主宰／  
健康管理学博士

日本是世界一の長寿大国になりましたが、高齢者の医療費が高騰しているため国の経済を圧迫している・・・と、高齢者がお荷物になるような扱いになりつつあります。「若者のお荷物になるような肩身の狭い思いはしたくない・・・」とだれしも思うのは当然、自己管理をしっかりして、生涯現役—自分のことは自分で—を目指して年齢を感じさせない人生を謳歌し、輝いて生きていきたいものです。

そのためには日々の健康管理をきちんとし、大地の恵みを受け育まれた食物を、春夏秋冬に応じたバランスのよい食生活を心がけていきたいものです。当然のことながら食生活の重要性は、これからの日本を担う子供達こそ、しっかり考えていくことが必要です。「健康はなにものにも勝る宝」ですが、この宝を得るには、母親の体内—胎児—から始まります。

急増している子供のアトピーの根治は食生活こそ大事です。脳も体も心の問題も毎日の食生活が大きくかかっています。私たちの体の60兆個の細胞を元気に活性化させる食生活を考えていきたいと思えます。

若い世代の方々も「いのちを輝かす食生活」を考え、ご自分の食生活を見直していきましょう。

## 講演

### 自然に学ぶ養生



竹熊 宜孝 先生

日本総合医学会顧問／公立菊池養生園名誉園長／医学博士／  
九州農政局食育委員／農文協「食と農の応援団」メンバー

何千年と培われてきた日本の民族食は失われ、食べ物は急速に外国依存の道をたどり、農業も食べ物でなく商品を作る産業になってしまった。そのついで、国際病(文明病)の激増を招いている。

この文明病を防ぐために、我々のいのちにかかわる食べ物と農業がこれ以上不自然にならないようにすることこそ先手の医療であり、私はそれを「土からの医療」といって、医・食・農一体化の中でいのちを守る運動をすすめてきた。「医は農に、農は自然に学べ」がモットー。

## 講演

### 意識を高めれば、ガンは治る



寺山 心一翁 先生

(有)超越意識研究所代表／サトルエネルギー学会理事／  
経営コンサルタント／NPO法人国際和合医療協会副理事長

末期ガンの状態で、自宅で死を迎えるために病院を去りました。そしてガンは自分で作ったことに気づき、残された人生を自分の好きなようにしようと決心しました。まずガンに愛を送ると、なんと痛みが軽減しました。日の出を拝み、さまざまな伝統的な副作用のない療法を試み、さらに食事や呼吸の大切さに気がつき、チャクラを開き、治っていくのを体で感じてその方向に従っていきましたら意識が高まり、やがてガンは消滅しました。