



Hug-coo (はぐくう) とは!?

食生活の乱れがうたわれている現在、行政も食育を唱え始めました。そんな中、RI は食べ物だけでなく、生活スタイルの中での食べ物、ひいてはその生活スタイルそのものをご提案いたします。

食育の必要性について、厚生労働省「国民栄養調査」平成 14 年によると、朝食の欠食率(注意:欠食とは国民栄養調査の調査日において「菓子・果物などのみ」、「錠剤などのみ」、「何も食べない」に該当した場合をいう)については、男女とも20代が最も高く、次いで30代が高い。子供においても、朝食の欠食は増加傾向。朝食の欠食は、1回の食事の摂取量が多くなり、過食につながる可能性もあることから肥満等の生活習慣病の発症を助長すること、午前中のエネルギー供給が不十分となり体調が悪くなることなど問題点が多く指摘されており、子どもの頃から朝食をとる習慣づけをしていく必要。しかしながら、フードチェーンの多様化・複雑化や家庭等における食の教育力の低下など環境変化の中で、国民個々の自主的な努力に委ねるだけでは健全な食生活の実現が望めない状況。このため、国民一人一人が自ら「食」について考える習慣を身につけ、生涯を通じて健全で安心な食生活を実現することができるよう、食品の安全性、食事と疾病との関係、食品栄養特性やその組み合わせ方、食文化、地域固有の食材などを適切に理解するために必要な全国的な情報提供活動や地域における実践活動等を行う「食育」を推進していく事が重要と、食育の推進について、農林水産省「我が国の食生活の現状と食育の推進について」より発表しています。

RI は、**食育(hug-coo はぐくう)**として提案します。それは教育としての食育だけではない、食のベースとなる食生活スタイル提案です。食の素、ベースとなる穀物食のすすめです。身体の素となる穀物食だからこそできる。そのことが身体に悪影響を及ぼす化学合成物をできるだけ排除することにもつながります。精白を減らし、全粒に近い穀物を食べることをすすめます。種子である穀物には、命があり、その命の力をうまく体に取り込む「食」の提案です。昔からある地産農産物を食べ、**自然と食を融合**の食生活スタイル。食べることで心も体も相互に育ち、そして**ストレスのない楽しい食**が、食育 hug-coo(はぐくう)の心です。大切なのは、必要な栄養素を摂取するだけでなく、継続してバランスを取っていくことなのです。9月1日リニューアルオープン・ライスアイランド 産直ネットショップ「農s(nou-s)ギャラリー」は、食育 hug-coo(はぐくう)の体現する場所です。

【ライスアイランド 産直ネットショップ

農s(nou-s)ギャラリー】

住所:東京都千代田区有楽町2-10-1

東京交通会館1F

TEL03-5220-7788

FAX03-5220-7799

【ふるさと回帰フェア-2005のご案内】

RIでは、全中、全農、農水省などが協賛し、各地のファーマーズマーケットが参加するフェアに出展。農産物・農産加工品を出展します。

開催:17年9月17日(土)10時~17時

場所:東京都千代田区大手町道路の歩行者天国