

平成21年度

事業報告書

一般財団法人 ベターホーム協会

平成21年度 財団法人ベターホーム協会事業報告

協会は1963年に、消費者教育組織として発足して、47年になりました。
一貫して、消費者教育、わけでも食の分野での活動を中心にしております。

現在、食分野で、日本の国を良くするための大きなテーマは、

「食の安全」「食料自給率の向上」「日本型食生活の普及」「食育」
「地産地消」などがあるでしょう。

これらの抽象的なテーマを、日々の暮らしの中で実行できるよう支援していくのが、
ベターホームの講習会(ベターホームのお料理教室)による、教育活動です。

今年度は特に、知識や技術に加えて、食べ物への感謝の心や、食べ物を大切にする
心と技術を育むよう、食を通しての、いわば「全人教育」を目指しました。

そのために、講習会や、指導者(リーダー会員)の教育カリキュラムを改善しました。

また、今年度は新型インフルエンザの流行が社会問題となりました。そこで急遽、
2週間分の食料備蓄と、それを使った献立を提案発表しました。

この「非常時の食の備え」という提案は、食について、大衆へ幅広く活動する
ベターホーム協会ならではのものとして、マスコミを通して広く国民に知らせ、貢献し
ました。

助成事業では、今までの食育教育にあたる先生への支援だけではなく、高齢社会で
活躍するヘルパーさんたちの調理技術向上のための無料講習会を、

全国で実施しました。反響が大きく、430名もの多くの方が受講されました。

ヘルパーさんたちの各事業所では、調理の教育があまりなされておらず、ヘルパーさ
ん自身も悩みの大きいことだったようです。

育英事業では、特に中国の学生に偏りがちだった学生たちを、もっと多岐にわたる

国の学生たちへと、各大学の推薦者に申し入れ、モンゴル、ベトナム、シンガポールの
学生たちへ広がりました。

なお今年度は、公益法人改革による、移行業務を行いました。

調査研究事業

CO₂削減のための、省エネ調理の研究

地球温暖化防止のために、CO₂(二酸化炭素)の排出量を減らすことが、大きな目標になっています。家庭からの排出量も軽視できません。

身近なところで何ができるかを考え、協会の得意分野である料理で、CO₂削減を目指した調理方法を考えました。保温調理、余熱調理、同時調理という3種の方法により、31品のレシピを開発しました。

新型インフルエンザの流行に備えた食糧備蓄の研究

平成21年度に流行し、社会的な騒動となった新型インフルエンザ対策として、2週間分の食料備蓄と献立を提案しました。

現実的で無駄のない備蓄食料と、それらを使ったバランスの良い献立を考案し、月刊ベターホーム誌、ホームページ、各メディアに発表しました。特に、各新聞に大きく取り上げられました。

食育アンケート

食のマナーなど、生活習慣はとても大切なことですが、子供への躾(食育)は家庭での教育にほとんどゆだねられています。

家庭での生活面の教育の低下が懸念される今、十分な教育がなされているのかまた、その教育は身につけているのでしょうか。その実態を調べるために、協会は全国の20代の男女、約1000人に調査を行いました。その結果は、

躾は良くなされており、大人になっても身につけている

大人になってから、子供は親の躾に感謝している

問題は、料理を作ることが子供に教えられていないこと

でした。

この結果をマスコミに発表し、子育て中の人たちの食教育の啓発としました。

冷凍技術とおかずの研究

現代生活に欠かせない冷凍技術。家庭でおいしく食べるための研究を行いました。たとえば、野菜を生とゆでたものに分けて解凍し、どちらがおいしいかを試したり、冷凍期間2週間と1ヶ月間の比較調査を行ったりしました。

また、肉や魚を生のまま冷凍したものと、醤油や酒につけて冷凍したものを用意し、解凍後においしく調理できるかを研究、また、冷凍した料理を自然解凍して、おいしく食べられるかを試しました。この研究を、単行本「冷凍しておくとおかず」にまとめました。

教育事業

講習会指導の5つの基本方針

平成21年は、料理の知識や技術指導に加え、食べものを大切に、食べものに感謝する心を育むなど、「全人教育」をめざし、指導内容を、深く、高めていきました。

以下は、協会の講習会(ベターホームのお料理教室)の指導方針です。

世界に冠たる長寿の国をつくりだした、日本のすばらしい家庭料理を伝承します。

日本には四季があります。四季折々の、栄養価の高い旬の食材が豊富です。

日本の家庭料理は、旬の食材を使ってバランスよく、一汁三菜の献立にととのえます。

いわゆる「日本型食生活」は、世界に冠たる長寿の国(女性世界1位、男性世界3位)をつくっています。

日本のすばらしい家庭料理は、かつて、祖母、親、子へと家庭の中で受け継がれてきました。

しかし、社会構造の変化により、この伝承が、家庭から失われて、もう久しくなります。

そこで、「ベターホーム協会が、学校や家庭に代わって、日本の家庭料理の伝承を行おう」と、使命感をもって実行します。

「食と料理と人間」を豊かにする、6つの総合教育を行います。

食と栄養、食品表示の見方などの「知識」、食材の選び方、保存の仕方などの「知恵」、おいしく作る「技術」、美しい盛りつけの「センス」、食の「作法」、洗剤の使い方や油の捨て方といった台所のできる「環境対応」など、6つの総合教育を実行します。

「なぜ」という調理の科学の知識を指導します。

きんぴらごぼうを作るとき、なぜごぼうを切ってすぐに水につけるのか。米を研ぐとき、なぜ、最初の水をすぐ捨てるのか。作り方を教えるだけでなく、調理の「なぜ」を教えます。

理由がわかると、そうかそうなのかと、よく理解できます。だから、生涯、技術がしっかり身につくのです。

老若男女、国民みんなが参加できる講習会にします。

特に、男性の生活自立支援を行います。

食べものを大切にする、感謝する心をはぐくみ、その技術を教えます。

食べものを大切にする心をはぐくみ、実行するために、賞味期限と消費期限の違い、五感を養う、食材の冷蔵・冷凍などの保存の仕方、無駄にしない調理のしかたなどを教えます。

平成21年度実施講習会と受講人数

講習会	講習会年間開催数							受講人数
	東京	関西	名古屋	札幌	仙台	福岡	合計	
基本料理の会	2280	852	204	108	72	132	3648	94,956
基本料理・洋中	1260	504	96	60	48	72	2040	51,804
おそうざいの会	852	348	84	36	24	48	1392	34,188
家庭料理の会	912	324	96	36	24	36	1428	36,600
野菜料理の会	636	252	72	24	24	36	1044	21,816
お米料理の会	420	132	36	36	24	12	660	17,196
お肉料理の会	708	276	48	36	24	36	1128	26,952
お魚基本技術の会	780	264	72	24	24	24	1186	34,728
めんを打つ会	288	96	24	18	12	12	450	27,864
手づくりパンの会	1296	492	120	60	36	60	2046	62,076
お菓子の会	408	132	36	12	24	12	624	15,096
和菓子の会	336	120	60	0	0	0	516	13,224
体にいい料理	876	360	96	48	12	36	1428	41,808
暮らし基本技術	42	30	12	0	0	0	84	3,864
外部講師・専門	636	276	84	24	0	36	1044	26,244

一日教室

基本料理の 一日教室	年間講習会開催数							受講人数
	東京	関西	名古屋	札幌	仙台	福岡	合計	
	235	97	29	16	10	18	405	10,181

食文化セミナー…多種多様な食文化テーマの一日教室

日本の伝統 を手づくりする	みそを手づくりする 伝統おせちをつくる など	とうふを手づくりする	年越しそばを打つ
食材の知識の 講座	雑穀の知識 野菜の知識	醤油の知識 米の知識	酢の知識 オリーブオイルの知識 など
食料やエコの 講座	日本と世界の食糧事情 親子牛乳パック工作教室 など		
食を楽しむ 講習会	紅茶の知識と上手ないれ方 コーヒーの知識と上手ないれ方	日本茶の知識と上手ないれ方	ハーブの知識と上手な扱い方

開催数と参加者

年間開催数	270回
受講人数	8100名

地域リーダーの養成事業

地域リーダー会員の概念と志

各地域の消費者の中から、教育を行う地域リーダーを養成します。

具体的には、ベターホーム協会が開催する、全国各地域の、講習会の指導者です。

ベターホーム協会の理念に賛同し、特に食分野でよく勉強し、協会活動を通して社会貢献しようと、志の高い、家庭をもつ中年女性たちです。

毎年、公募しています。

研修生(リーダー会員候補生)の公募と育成

3月に公募した応募者180名の中から53名を研修生として選考し、東京、大阪、札幌の各地で教育を行いました。

生活科学の基礎講座

1	食物と栄養	6	栄養価計算のしかた
2	食物と栄養	7	現代の食生活について
3	食物と栄養	8	おいしさのしくみ
4	食品と食品成分表	9	調理器具の材質と使い方
5	食品と食品成分表	10	電気、ガス調理器具

調理の基礎技術教育

1	包丁の研ぎ方、計量の仕方、炊飯の科学	6	煮物の基礎
2	だしのとりかた、青菜のゆで方	7	揚げ物の基礎
3	野菜の切り方 (千切り、千六本他)	8	魚のおろし方
4	野菜の切り方 (板ずり 小口切り他)	9	パンの基礎
5	野菜の切り方 (短冊切り、シャウ切り)	10	お菓子の基礎

その他

ベターホーム協会の講習会のうち、根幹の「基本料理の会」の12か月分を学ぶ

指導者としての勉強会

知識や技術だけでなく、指導者としての心得、話し方、ホスピタリティ、危機管理などを、先輩リーダー会員から学ぶ

リーダー会員の学習と育成

リーダー会員の育成方針

自発性の尊重

系統だった教育は協会では実施しますが、その教育方針は、あくまでも自分で調べ、自分で研究し、自分の言葉で語るができること。そのために、自発性に富んだ勉強会を実施しています。

全人教育の実施

ベターホーム協会の一般消費者への教育(講習会での指導)は、単に知識や技術を教えるものではありません。食べものを大切に作る心、感謝の心を育むものです。その指導者たるリーダー会員は、よく人格陶冶をはかり、人として成長しなくてはなりません。そういう全人教育を実施します。

毎月の定例勉強会(セミナー): 専門家を講師に招き、全国6地域で延べ144回実施

4月	水耕栽培の野菜	10月	日本の食糧事情
5月	食卓の色彩学	11月	正しい洗顔と石鹸
6月	食材:豆腐の最新知識	12月	食材:スパイスの知識
7月	調理道具、鍋の知識	1月	2010年の協会の運営方針
8月	最新の魚事情	2月	食材:雑穀の知識
9月	食材:レモンについて	3月	テーブルコーディネートの基礎知識

実用食品学: 若手の会員のための勉強会。東京大阪で6回実施

10月	調味料
11月	穀類
12月	肉類
1月	卵類
2月	乳類
3月	魚介類

講習会指導のための、知識・知恵・技術の勉強会: 全国6地域で、延べ273回実施

基本料理勉強会	料理の基本技術、知識、知恵などの勉強
体にいいおとなの料理勉強会	100歳時代の、体に良い料理の勉強
手づくりパン勉強会	手づくりパンの技術や知識の勉強
魚基本技術勉強会	魚1尾を、おろす、さばく勉強
手づくり和菓子の勉強会	和菓子を家庭で手づくりする勉強
生活基本技術の勉強会	洗濯、アイロン、ボタン付けなど生活の基礎技術の勉強

普及事業

食べものを大切にする運動の継続

食料自給率40%なのに、30%の食料を捨てている日本。

食べものを大切にする心と、大切にする技術を人々に指導しようと、平成20年度から始めた運動です。今年は、運動単体としては、「食べものを大切にする日」を制定し、日本記念日協会に登録して、広く社会に知らせました。そして、全国から「食べもの大切川柳」を公募して、毎年、この記念日に全国発表します。今年は、その第2回の実施となりました。その他、協会の開催する講習会、会報、ホームページなどで、食べもの大切の知識や知恵や技術の指導を行いました。

月刊ベターホーム誌の刊行

ベターホーム協会の会報として、毎月発行しました。

ベターホーム協会の講習会の基本方針である、知識、知恵、技術、食文化、食物を大切にする精神や具体的な技術を指導する、活字版です。

また、新型インフルエンザ流行に備えた食糧備蓄の提案など、協会が実施した調査や研究を発表しました。

「今日からはじめる キッチン菜園読本」を発行しました

1975年、オイルショックのとき発行した「ものを大切にする読本」以来、毎年その時々にはふさわしいテーマで、消費者に啓発する、実用書です。

平成21年度の読本は

「食べものを大切にする運動」の一環として、作成しました。

食べものを大切にする暮らしの提案として、初心者が気軽に取り組める野菜栽培を紹介しました。

畑やベランダがなくても、水だけで育てる。食材を発根させて再収穫する。鉢として保存容器や卵ケースを使って、室内で野菜を育てるなど、身近ですぐできる方法を提案し、広く普及しました。

実用料理書の企画制作

野菜をたべる	<p>野菜をたくさん食べることが健康によいことは、多くの人が知っています。しかし案外、野菜料理のレパートリーは少なく、また、定番料理の繰り返し、現実です。</p> <p>フライパンにどんどん入れる。電子レンジを大いに活用する。定番サラダ以外に生で食べる方法は？ など、手間なく野菜をたっぷり食べる料理と調理方法を提案しました。</p>
冷凍しておく 便利なおかず	<p>食べものを大切に作る技術のひとつに、上手に冷凍することがあります。野菜の冷凍、肉や魚の冷凍、おかずの冷凍と、研究した内容をもとに、実用的なおかずの提案にまとめました。</p>
かんたん美味 NO.4	<p>日本経済新聞連載の、ベターホーム協会の料理コラムを、単行本に編集しました。</p>
おもひで食堂 全2冊	<p>協会のリーダー会員が、幼い頃に食べてきた家庭料理と郷土料理を、ジャンル別にまとめました。</p>

ホームページの製作、レシピサーチをリニューアル

ベターホームのホームページで、料理レシピのデータベース「レシピサーチ」を公開しています。今年は、レシピサーチをさらに検索しやすくリニューアルし、レシピ点数も増やし、7000点にしました。

また、レシピはメールマガジン、携帯電話のメールで希望者に無料で配信し、料理技術の普及につとめています。

シンクタンク事業(法人受託事業)

ベターホーム協会のレシピコンテンツ、レシピ開発力、講習会指導力、生活者モニターなど、ベターホーム協会の、いわば、知的財産を活かした事業です。

<平成21年度の主な内容>

- 東京都の水産物の地産地消を広める目的の、料理講習会の開催
- 食育を目的とした、米粉を使った親子パン教室の開催
- 乳製品の家庭での使用状況と、商品に対するインタビュー調査
- 浄水器、炊飯器、油こし器など家電製品の使用モニター
- カルシウムを添加した、機能性甘味料の調理テスト
- 料理レシピを展示でつづった、点字カレンダーのレシピデータの提供

など、258件の委託事業を実施しました。

助成事業

育英事業を継続して行いました。

1975年のオイルショックの時、ベターホーム協会は、「ものを大切にする運動」を行いました。「ものを大切にする読本」の普及とともに、身近な資源を大切にしようと、リーダー会員たちが、家庭に眠っている子供服のリサイクルバザーを全国で実施しました。そのバザーの利益を元に、基金を作りました。

そして日本の国の消費者が享受している豊かさを、恵まれない途上国の若い人々に還元し、その暮らしの向上に役立てようとしている事業です。

ベターホーム国際親善奨学金制度

発展途上国の私費留学生を対象とします。20名の奨学生(大学生)に、総額、年間1400万円を贈呈しました。

特に、今まで偏りがちだった数カ国だけでなく、多くの国の学生に贈呈ができるよう募集方法の改善を行い、より多くの国の学生に贈呈することができました

ベターホームアジア子供基金制度

ベトナム、ホーチミン市の22名の貧しい、小中高校生に奨学金を送ります

また、書き損じはがき、不要のCDなどを回収し、NGO団体を通して換金し、発展途上国の援助に役立てました。

図書の贈呈を行いました

多感な高校時代に、食や料理を作ることに興味を持つことは、心身の健全のために、とてもすばらしい食育となります。また、家庭科教育の現場では、先生方の調理指導で、困難な状況もあるようです。

そこで、

「大切な食べものを無駄にしない本」「お料理1年生」「なるほど、料理のことば」「野菜料理」「魚料理」など合計12冊の、ベターホームの実用料理図書を希望の高校に贈呈しました。協会の広報活動、ホームページ、各県の教育委員会などを通して募集を行い、約300高校に贈呈しました。

食育や高齢社会サポートの講習会を実施しました（無料講習会）

実施内容と対象者

目的	テーマ	対象	内容
食育 福祉 サポート	ポリ袋1枚でつくる かんたんパン講習会	幼稚園、保育園、 学校の先生、 児童館、学童保育、 ボーイスカウトなどの指導員 介護施設、デイサービス、 リハビリテーション施設、障害 者施設など福祉事業の方	ポリ袋の中に材料を入れて、こねて発酵させる「ベターホーム式かんたんパン」。小さな子供から力の弱い高齢者、障害のある方も、楽しくかんたんにつくれます。食育やリハビリのお役に立ちます。
食育 サポート	家庭科の先生のための料理講習会 米食普及事業も兼ねる	中学校、高校の家庭科の先生	家庭科の先生の、調理の技術をサポートする講習会。テーマを「米」とし、次代の子供たちへ米を食べること、食べ物を大切にすることを育むための指導方法を教えます。
高齢社会 サポート	ホームヘルパーのための料理講習会	ホームヘルパー、訪問介護、生活支援などの仕事に、従事されている方	調理技術が求められるホームヘルパー。十分な調理研修が、各事業所で行われているわけではありません。栄養のこと、短時間でつくるおいしい料理のコツやポイントを教え、介護の現場のお役に立ちます。

開催と受講者状況

目的	内容	開催地と開催数	受講された方
食育福祉 サポート	ポリ袋1枚でつくる かんたんパン講習会	東京と関西で 6教室開催	53名
食育 サポート	家庭科の先生のための講習会	東京、関西 名古屋で 6教室開催	90名
高齢社会 サポート	ホームヘルパーのための講習会	東京、関西 名古屋、札幌 仙台、福岡で18教室開催	436名

暮らしの相談事業

一般消費者からの問い合わせに対して、回答する相談事業です。

平成21年度は、たとえば

つくしの食べ方、下処理の仕方

梅干し、みそ、ぬか漬けなどの手入れの仕方

ラッキョウ、実山椒のつけ方

野外で、ご飯を炊く方法

食品成分表の見方

ハーブの使い方

栗の渋皮煮のつくり方

などなど、毎月約25件、年間で約300件の問い合わせでした。

その他

レシピのデータベース化、講習会運営のシステム改善など、コンピューターシステムの改善を図りました。

設備が老朽化し、危機管理にも課題があった、銀座教室を移転、リニューアルしました。