

フォークス・オーバー・ナイブズ ~いのちを救う食卓革命~ 特別上映会

全米で話題を呼んだドキュメンタリー映画の特別上映会を開催します。
上映後、講師による解説を聞きながら、みなさんと食の未来について考えましょう。

上映スケジュール

- 4/20 (土) 上映 18:20 ~ 20:00 (開場 18:10)
トーク 20:10 ~ 21:00
- 4/21 (日) 上映 18:20 ~ 20:00 (開場 18:10)
トーク 20:10 ~ 21:00
- 入場料 2,000円 (日本食事療法士協会の有資格者は1,500円)
料金は当日お支払いください。
※両日参加を希望される方は、両日でお申込みください (追加料金不要)
- 会場 きゅりあん (品川区立総合区民会館) 大会議室
(座席は会場への先着順となります)
- 定員 100名 (定員に達し次第締め切ります)
- お申込み 日本食事療法士協会ホームページ (<http://shokuyo.jp>)
またはメール (event@shokuyo.jp) よりお申し込みください。



QRコードを読み込んで、お名前、参加日、参加人数を
ご記入いただいてもお申し込みいただけます。
※パソコンからのメール受信が拒否設定になっている
場合は、shokuyo.jpからの受信を許可してください。


会場へのアクセス



きゅりあん 大会議室
(品川区立総合区民会館)

東京都品川区東大井 5-18-1
03-5479-4100

JR 大井町駅より徒歩約1分

主催  日本食事療法士協会

フォークス・オーバー・ナイブズ いのちを救う食卓革命



「菜食以上の医療を、
私は知らない」

T・コリン・キャンベル

「これは、あなたの
命を救う映画だ!」

ロジャー・エバート (シカゴサンタイムズ版)

緊急テーマ

今日から、何を食べるべきか？

アメリカから衝撃的なドキュメンタリー映画が届きました。牛乳や肉が体に悪い？本当でしょうか？食をめぐる情報は日々変化し、次々と新説が登場します。このままでは食べてはいけないものばかりになってしまいませんか。いったい、わたしたちは、今日から何を食えばよいのでしょうか。日本食事療法士協会は、食と健康の情報を選択する方法を身につけることができる方をひとりでも増やすことを目的に活動しています。日本の伝統的な食の観念を学ぶことで、次々と登場する情報に振り回されることなく、自分自身にあった食生活を実践することができます。今回の上映会では、アメリカの食をめぐるドキュメンタリーを鑑賞し、みなさんと一緒に食と健康をめぐる情報について考えたいと思います。

牛乳を飲むと骨がもろくなる？

動物性の栄養素はガンを促進する！？

食に対する常識を覆し、全米大ヒットを記録した現代人必見のドキュメンタリー映画！

1940年代から、完全食品として推奨されてきた牛乳。酪農業を営む家で少年時代を送っていたキャンベル博士も、これを当然と信じて疑わなかった。しかしあるとき、動物性タンパク質とガンとの関連に気付いた博士は、どの食物が何の病気の原因となるかを調べる大規模な調査に乗り出す。一方、外科医としての実績を積み重ねてきたニール・バーナード博士は、いくら手術で患者を治しても、これから病気になる患者は増えていくという現実をジレンマを抱いていた。

栄養学と外科の世界の権威である、二人の博士が達した結論は——動物と加工食品を食べず、菜食の実践で病は防げるとのこと。そして多くの生活習慣病を治療することも可能だということ。

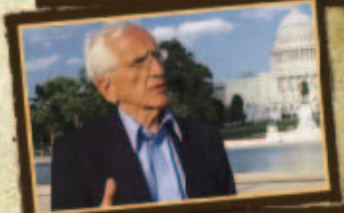
両博士の考えにインスパイアされたリー・フルカーソン監督は、膨大なインタビューと科学的検証を通して、「食」の常識に鋭く切り込む。葉っぱの日々を送る男女や、回復が見込めない心疾患だと診断された患者たち、彼らに現れた変化を知った監督は自らも菜食に挑戦し、驚くべき効果を目の当たりにする！

加工食品に頼った手遅な食生活、食品業界の意向が優先される学校での食事プラン、肉を食べないと力が出ないという思い込みなど、日常に潜む問題点を警鐘を鳴らし、金（フォーク）はメス（ナイフ）を研ぐという軍事を明らかにする問題作である。

出演 コリン・キャンベル博士（著書「肉から来た病」の著者）/ グスコウ出版
 コールドウェル・エセルSTEIN博士（著書「心臓病は食生活で治す」/ 角川学芸出版）
 ニール・バーナード医師 / パム・ボッパード博士 / 他

監督 リー・フルカーソン
 製作総指揮 プライアン・ウェンデル
 配給 ユナイテッドビープル
 96分 / カラー / 英語 / アメリカ / 2011年

字幕翻訳：松野文枝
 ※注意 この映画は、米国制作の映画を、そのまま日本語に訳した作品です。译されている考えや主張、サービスマネジメントについても必ずしも一致していません。ご了承ください。



「この映画を見て、すぐにキッチンの動物性食品を片付けた。以来5ヶ月半の間、ずっと菜食を続けている」
 ジェームス・キャメロン（映画監督）

上映後トーク

映画を鑑賞後、食事療法士、食養生コーディネーターによるトークをおこないます。あふれる食と健康に関する情報の、何を取り入れ、何を捨てればいいのか、今日から役立つ食養生の知恵をお話いただけます。

4/20（土）発酵食品&ハーブで若々しい体に

フードプロデューサーとして活躍する山本美智子さん、アロマセラピストとして活躍する林可奈子さん。二人の食養生コーディネーターに、自宅で手軽に取り入れられる食養生のアイデアを教えてください。



講師 山本美智子

フードプロデューサー・料理研究家、食養生コーディネーター、調味料マイスター、アクティブ・野菜ソムリエなどの資格を持つ、レシピ開発・調味料等の新製品の開発を手掛け、テレビ・ラジオ・雑誌・新聞などでも活躍。恵比寿にて、日本野菜ソムリエ協会認定 料理教室「クッキングサロン「ひめ亭」」を主宰している。http://www.cookmiracle.com

好評発売中

「いちばんわかりやすい 産地しょうゆ 甘麹」
 （主婦の友社）



講師 林可奈子

AEA（日本アロマ環境協会）認定アロマインストラクター、NARD JAPAN（ナードジャパン）認定インストラクター・セラピスト、リラクゼーション協会2級の資格を持つ産地のプロ。2013年4月より、ナードジャパン認定資格認定校を開校。自然のなかのアロマ教室「では、ハーブを有機栽培して食に取り入れる「食」の豊かさの提唱をしている。

4/21（日）気が巡る正しい食べ方

どんなものを食べても、食べ方ひとつで体によい作用を及ぼしたり、悪い作用を及ぼしたりします。食事療法士の辻野将之さんに、気を巡らせる正しい食べ方についてお話ししてもらいます。



講師 辻野将之

はり師、きゅう師、あん摩マッサージ指圧師、柔道整復師の国家資格を持つ。「そら鍼灸食養生治療院」にて難病の患者への食事指導と治療にあたるほか、宿泊型治療院として「星のや軽井沢」にて「森林養生」を企画・運営。日本食事療法士協会の食養生コーディネーター養成講座の講師も努め、講演やワークショップなどを通じて食養生の啓蒙活動をおこなっている。

好評発売中

「お茶を食べるだけでこんなにやせた」（講談社）

日本食事療法士協会では、このような場で講演できる食養生コーディネーターを育成しています。詳しくは日本食事療法士協会のWEBサイトをご覧ください。

次回「食養生ジュニアコーディネーター養成講座」5/25開催（早割あり）

http://www.shokuyo.jp/