

生涯學習情報誌

Life Learning

12

2018
Dec.
NO.340



健康社会実現のための「健康管理士」資格認定と啓蒙活動

■企業、学校、医療などで活躍する健康管理士

生涯学習開発財団が後援し、日本成人病予防協会が認定する健康管理士一般指導員。健康管理・予防医学全般にわたって学習し、人々に健康指導を行える人材を育成する。社員研修に取り入れている企業は305社、カリキュラムとして導入している大学は48校、医療・福祉施設での採用実績は167施設にのぼる。

受講内容は、「健康管理学」「生活習慣病の基礎知識」「心の健康管理」「生活を守る栄養学」「生活環境と健康」「体を守る健康知識」と幅広い。医学用語もふんだんで難しそうだが、丁寧な指導により合格対策講座受講者の合格率は90%以上と高い。資格取得後も、資質向上のための予防医学学術誌『ほすび』が年6回送付され、巻末の記述問題に解答して送ると、添削されて戻ってくる。生涯学習としてしっかりフォローする。

1992年に認定を開始し、現在までに6万5000名の健康管理士一般指導員が誕生。家庭、企業、医療・福祉関係、学校や地域などさまざまな分野で活躍している。さらなる意識向上のため、専門知識の習得を目指す「健康管理士上級指導員」資格を認定。また、文部科学省後援健康管理能力検定3級・2級もスタートさせている。

■一人ひとりが健康づくりを考える社会

高齢社会となり、生活習慣病の抑制や医療費の削減が大きな社会課題になって久しい。健康社会を実現するためには、人々が正しい健康管理の知

●特定非営利活動法人

日本成人病予防協会
〒103-0004
東京都中央区東日本橋3-5-5
TEL: 03-3661-0175
FAX: 03-3669-4733
URL: <https://www.japa.org/>
1987年 設立(1999年よりNPO法人)
1995年 資格認定団体登録
代表者: 片野善夫会長(医学博士)



第13回「日本の食育セミナー」会場風景

↑心療内科医の姫野友美氏による基調講演

↓食育活動「バナナうちで元気な子」は小学校低学年向けの出前授業



会報には学術誌「ほすび」が同封



取材にご対応いただいた広報担当で専務理事の安村禮子氏

識を持ち、予防意識を持つことが欠かせない。そうした啓蒙を目的として、1987年に日本成人病予防協会が設立され、1999年にはNPO法人として独立した。一人ひとりが健康づくりを考える社会づくりを目指して、現在もなお活動を展開している。

■「バナナうちで文部科学大臣表彰

資格認定以外の活動も多岐にわたる。官公庁、自治体、企業、学校などでの健康講演やカウンセリング、食育活動、公募による地域自治体との協働による公益事業参加、シンポジウムや各種セミナーの開催などを行う。

特に力を入れているのが食育活動だ。「日本の食育セミナー」は毎年開催される公開シンポジウム。13回目の2018年は、「輝く、こころをつくる食」というテーマで開催され、医学博士の姫野友美先生の講演と、「キレイをつくる快眠術」と題したパネルディスカッションが行われた。1500人近く応募があった中から抽選で選ばれた約800人が参加した。

また『バナナうちで元気な子』は、全国の小学校に向いて行う、参加型の食育授業だ。生活リズムの大切さや健康的な食習慣を、独自の教材で楽しく学んでもらう。文部科学省、「早寝早起き朝ごはん」全国協議会、公益社団法人日本PTA全国協議会の後援事業で、東京都の助成金も受けて展開している。平成25年にはその功績が認められ、文部科学大臣表彰を受けた。

ようこそ！

和楽器の

世界へ



篠笛のピーヒャララの音は、日本人に深く親しまれている。里神楽、獅子舞、民謡、歌舞伎の下座音楽まで広く用いられ、その響きは、のどかな田舎の風景から、芝居の自決場面の悲壮感まで、様々な効果音を生み出す。

篠笛は篠竹で作られ、竹笛とも呼ばれる。茅葺き古民家の屋根裏で100年以上燻された煤竹が最良とされ、丈夫で狂いが少ない上に、澄んだ音色が遠くまで響くという。

篠笛の音高は「本」と呼ばれ、半音刻みで一本から十二本まであり、基本の八長調の音階のものは八本調子だ。歌舞伎囃子などでは、三味線に合わせて多くの調子の笛が必要で、「〇本半」という微妙な高さのものもある。

低音の笛は長く、高音のものほど短くなる。指穴の数も様々で、多くは7穴だが、6穴や4穴の物など、地域によって異なる。三味線や洋楽に合わせやすいのは7穴とされる。

笛 (篠笛/能管)

Fue (Shinobue/Nohkan)



能管も竹製で7穴だが、管の内側に漆を塗り、息を吹き込む唄口と指穴の間に管の内側を細くした喉のどというものが入っているのが特徴。主に能楽に用いられるが、「神降ろしの音」とも呼ばれる甲高い神秘的な音が印象的で、歌舞伎などでも効果音として使われる。

歌舞伎の幕の下りる場面で、「空笛」と呼ばれる効果音が入る時がある。吹き方は決められておらず、奏者の感性に任される。篠笛奏者の腕の見せ所だ。

●監修者：AUNプロフィール

井上公平・井上良平。1969年大阪にて5人兄弟の末の双子として生まれる。1988年、和太鼓集団・鬼太鼓座(おんでござ)に出会い、高校卒業と同時に入座。2000年に「AUN」として独立。2009年、邦楽界で活躍する若手を集めて「AUN-J クラシック・オーケストラ」を結成。公演回数は国内外で1400回以上。子どもたちに日本文化の魅力を伝えるため、全国の小学校を訪問し、和楽器演奏と桜を植える活動もしている。



能管の高音の響きは、神々しさや恐怖感のほか、天空を翔けるような疾走感にゾクゾクさせられる。

奏者に聴いたその魅力

山田路子

Yamada Michiko



千葉県習志野市出身。能楽師一噌流笛方一噌幸弘氏に師事。横笛（篠笛・能管）を用い、古典の技術を活かしながらオリジナルの世界を追求している。2012年にはオリジナルアルバム「mikoto ～ミコト～」、2013年に「いろはに笛と」をリリース。2012年から自主公演「山田路子の武者修行」ライブを開催。「AUN Jクラシックオーケストラ」のほか、「竹弦囃子」「打花打火」にも参加している。

盆踊りの太鼓叩きに惹かれ高校で和太鼓部に入部しましたが、篠笛と出会い、こっちの方が面白くなって転向しました。そのころ一噌先生に出会い、先生は古典だけでなくオリジナル曲をやったり、クラシックも学んだりと、垣根のない活動をしていたので、かなり影響を受け、ますます篠笛や能管の面白さにはまっていきました。

● 笛の魅力は？

篠笛は祭りのお囃子にも使われますが、地域で全く違う音階や作り方がされていて、独特な世界があって面白いです。

能管は能に使われる笛ですが、ドレミ音階ではなく系統だっけは「ヒシギ」と呼ばれる最高音域の高い音は、鋭く鳴って、和楽器では数少ない、天に突き抜けるようなインパクトのある音が魅力的です。

笛は職人さんの所に行って、できているものの中から選ぶ時もある、こういう笛が欲しいとオーダーすることもあります。AUN Jで使っているのは、篠笛の中でも「唄もの」と言われる、ドレミの音階に合っている種類のものです。

祭り囃子で使われる篠笛は、その地域ごとに作

る職人さんの特色があって、音階もドレミではありません。このお囃子にはこの職人さんの笛と決まっています。

同じ横笛でもフルートとは違って、竹に穴が空いているだけの素朴な楽器なので、ムラ息など素朴ゆえの味わいもあります。笛それぞれの個性も感じながら演奏を聴かれると、面白いのではないのでしょうか。

♪音を聴いてみよう！

財団のWEBサイトで、笛の音色が聴けます。
www.gllc.or.jp/llm/magazine/wagakki/
または、左のQRコードからどうぞ。



● AUN 公演情報

■ AUN J クラシック・オーケストラ CONCERT 2019 ~THIS IS AUNJ~

会場 倉敷市芸文館 ホール（倉敷市中央1-18-1）
日程 2019年1月27日（日）open13:30 start14:00
チケット 全席指定 一般¥3,000 大学生以下¥1,000（当日各500円増）
インターネット予約 <https://arsk.jp/>
お問い合わせ アルスくらしきチケットセンター TEL 086-434-0010

会場 コラニー文化ホール 大ホール（山梨県甲府市寿町26-1）
日時 2019年2月27日（水）start 18:00
チケット 全席指定 S席5,000円/A席4,500円 ※未就学児童入場不可
お問い合わせ MIN-ONインフォメーションセンター TEL 03 (3226) 9999

詳細：<http://www.aunj.jp/jpn/livedisc/liveinfo/schedule.html>

日本英語交流連盟 (ESUJ) 20周年記念公開シンポジウム

『英語を使い世界に活路を開く』

生涯学習開発財団が助成金を支給した日本英語交流連盟 (ESUJ) 20周年記念公開シンポジウムは、2017年10月10日、国際文化会館において開催された。ESUJは20年間にわたり日本人の英語コミュニケーション能力を培う活動を行ってきた。シンポジウムの目的は、日本人が効果的なコミュニケーション能力とグローバルな心構えを育むためのベストプラクティスを探ること。満場の聴衆に向けて、様々な分野で活躍しているリーダーたちが、それぞれの見識を披露した。元国連事務次長でESUJ副会長の明石氏は基調講演で、日本人が英語に向き合う際の問題点を指摘し、世界に活路を開くためには英語力の強化が欠かせないと訴えた。

■英語の発音にこだわりすぎる日本人

沼田ESUJ会長の司会によるパネル討論では、日本人の低い英語能力を克服するための心構えと教育方法の改善が、討論の中心トピックとなった。日本人の「恥文化」「はにかみ」「完璧主義」といった心理的な問題を挙げ、パネリストたちの掘り下げた議論が展開された。一つの大きな問題点として、日本人が英語の発音にこだわりすぎて、より本質的な discourse (考えを言葉で表現すること)、語彙、文法を軽視しているとの指摘があった。



ブリテイッシュ・カウンシルのギビングス氏は、生徒にただ決まった英語の表現を反復させるにとどまらず、文法、語彙、connected speech (連続音声)、さらに筋の通った立



基調講演をする明石氏

論を教えるような訓練が、日本の英語教師には必要であると述べた。

■若者は外国に行きなさい

もう一つの大きなテーマは、日本の若者が、世界で英語を使い積極的に発言 (speak up) するためにはどうしたら良いかということ。



レスコヴァル大使は、外国語を学ぶことにより自信が付き、政策決定の判断にも役立つと指摘した。パネリストたちは、日本

【基調講演】明石康氏 (日本英語交流連盟副会長、公益財団法人国際文化会館理事長、元国連事務次長)
 【パネリスト】シモーナ・レスコヴァル氏 (駐日スロバキア大使)
 ジェイミー・ギレンクス氏 (ブリテイッシュ・カウンシル英語教育部門ディレクター)
 黒川清氏 (政策研究大学院大学名誉教授、日本医療政策機構代表理事)
 近藤正晃氏 (シリアン・プラットフォーム共同議長、Twitter Japan株式会社前会長)
 道傳愛子氏 (NHK国際放送局コメンテーター)
 【モデレーター】沼田貞昭氏 (日本英語交流連盟会長、元駐カナダ大使)

文化の良さを保ちつつ、自己主張の必要性を学ぶことも大事だと指摘した。



道傳氏は、外国での子供時代、日本についての固定概念を打破するため、クラスメイトと一緒に日本茶を飲み、お茶に代表される日本の伝統文化と、近代的側面の両方を伝えた経験を話した。

英語能力を身につけることは、日本人に発言力を与え、世界における日本の地位を高めることにもなる。明石氏は、日本の政治家は、より良い外交のためにも外国語の習得が望まれると述べた。

黒川氏は、日本人が英語を使うことにより、上下関係を内在する日本語よりも、喫緊の課題解決のための障壁をなくすことに役立つはずと強調した。



近藤氏は、英語を使つてのグローバルな会話のプラットフォームであるソーシャル・メディアを、日本人が活発に使用していることを指摘。日本はより果敢に、この有望な分野での競争に加わるべきだと述べた。

最後にパネリストから若い世代に対し、「外国に行きなさい」「自分の夢を追いなさい」「世界各地で苦しむ人たちのことに思いを馳せなさい」「教育の機会を最大限に利用しなさい」「英語のメディアに関心を持ちなさい」などのアドバイスがあった。明石氏は「外国語を学ぶことは文化や歴史を学ぶこと。習得することで、我々自身が豊かになる」と締めくくった。