

今日は、ベジ気分！

ベジタリアンと大豆は切っても切れない間柄。
少し、ベジで楽しい生活をのぞいてみませんか？

第4回日本ベジタリアンアワードにノミネートされた、
日本ベジタリアン学会認定アドヴァイザーの村畑啓子
さんを、橋本晃一がご紹介します。

村畑さんが実行委員会
代表を務めた

九州ヴィーガンフェスの様子

●日常とヴィーガン●

村畑さんは、ヴィーガンとは無
関係のOLをされています。会社
の同僚は、ペットボトルや炭酸飲
料の自販機、カップラーメンや菓
子パンを販売している近くのコン
ビニやファストフードのお店など
も、よく利用しているそうです。
日頃から、「多くの人達にどう
したらヴィーガニズムが伝わるだ
ろうか？」とよく考えておられ、

いきなり地球環境や動物愛護の話
をしても村畑さんが何か特別な存
在に思われるだけで、自分の事と
して受け取ってもらえない、と思
っているそうです。
会話の中で、料理を作るのが面
倒だという話があった場合に、簡
単なヴィーガン料理を教えてあげ
たり、ヴィーガンの美味しいお店
を教えてあげたりすることで、そ
の方に少しずつヴィーガンという
ものを理解してもらえらるのだと思

●アートとヴィーガン●

ヴィーガニズムを、すぐに簡単
に誰でも実践できる身体にも環境
にも良い生活の手段としてひろめ
ていきたいと考えておられ、今年
は**ヴィーガンアートムーブメント**
を本格的に始動したいとも思っ
ている村畑さん。
アーティストたちと楽しいポッ
プなアートでヴィーガニズムを啓

今月のベジーさん

むらはた けい こ
村畑 啓子さん

～日本ベジタリアン学会
認定アドヴァイザー～

【活動歴】

九州ヴィーガンフェス実行委員会、福岡ベジ会開催、
Meet up 九州福岡ベジタリアン・ヴィーガンの会主催、
ヴィガンフレンドリー実行中(※頁囲み参照)

●ベジタリアン、そしてヴィーガンへ●

2008年からベジタリアンとなり、2014年からヴィーガンへ
と移行。今は、肉、魚、卵、乳製品はもちろん、はちみつや添加物、
農薬を使った野菜や遺伝子組換え食品なども避ける食生活を実施
している。また、できるだけ五蔵(ニンニク・ニラなどの辛く
臭気のある5種の野菜) 抜きのオリエンタルヴィーガンを実践し
ている。食べることは大好きで、自家製パンやヴィーガン料理
なども作っている。

●ヴィーガンフェスとの関わり●

2017年の福岡で初めてヴィーガンフェスを開催する立ち上
げに参加し、2018年からは九州ヴィーガンフェスの実行委員
会の代表として、フェスを通してたくさんの方に、環境や動物、
身体にも優しいヴィーガニズムに触れる機会を作りたいと考え
ている。

●菜食と問題意識●

野生動物が半減している一方で、毎日数多くの畜産動物が
屠殺され多くの食品が廃棄されており、人間は、今こそ立ち
止まり生活を見直さなければいけないのだと思い、一人でも
多くの方に、週1からでもヴィーガン、ベジタリアンの菜食
を始めてほしいと考えている。



ヴィーガンアーティスト Mitch



Vegan Art Movement



フェネルとセロリのスープ



玄米酵素酵母の
シナモンロール

夢していきたいそうです。

●犬・猫殺処分問題も ポップアートの啓蒙●

村畑さんは、ペットショップの悪質な繁殖行為をやめて、保健所の殺処分をなくして欲しいと願っておられ、こうした意思や訴え、啓蒙を残酷な写真や映像ではなく、ポップアートの表現してみたいとのこと。

●2019年の九州 ヴィーガンフェスでは●

2019年4月28日に開催した九州ヴィーガンフェスでは、意図したわけではないのですが、偶然にも肉フェスの後継イベントのカレーグランプリというイベントと同じ公園内で同日開催となり、当日は、カレーグランプリに来たつもりだったという方もたくさんいらつしやり、カレーグランプリの開催場所を尋ねられることが多々あったそうです。お肉をたっぷり使ったカレーが目当ての方たちでしたが、SNSの投稿などを見ると、ヴィーガン・フードの方が良かった！と言ってくれている方もおられるほか、啓蒙ブースで毛皮の実態を見てショックを受けている方もおられたそうです。

●今後の活動について●

今後は、肉食のイベントに来られる方にアピールしていくことも大切だと考え、ヴィーガンフェス

だけではなく肉食のイベントなどにも出展して一石を投じたいと思っています。2019年11月3日、次回の九州ヴィーガンフェス開催にあたり、現在全国から出店募集をされています。「たくさんの方の参加を、お待ちしております。ぜひとも、よろしくお願いたします」とのことです。

ヴィーガン フレンドリー プロジェクト

ヴィーガンフレンドリープロジェクトとは、ヴィーガンメニューを導入したいけど、どうしたらいいの？という飲食店の方へ、ベジタリアンアドバイザーとして、その飲食店で作れるメニューのご提案をさせていただきます。また食材や調味料、調理器具の取り扱いなどについて、アドバイスさせていただきます。必要な場合は、日本ベジタリアン協会推奨マークの資料をお渡しいたします。

1回 2〜3 時間程度 ¥30,000 (税別)

その他、商品開発やメニュー開発のご相談も承ります!! ただいま、豆腐のなみち屋さんと商品開発中です。福岡圏にて、週一からヴィーガンランチ始めたい飲食店の方、私がランチメニューを監修しますので、ご要望ございましたらご連絡お待ちしております。パン屋さんも向けにも、玄米酵素酵母にてヴィーガンパンのご提案をさせていただきます!!

九州ヴィーガンフェスの協賛、出店募集中!!
HP <https://kyusyuveganfest.jimdofree.com/>

Instagram
Kyusyuveganfest k_12.03 veganartmovement

九州ヴィーガンフェスの問い合わせ
kkyusyuveganfest@gmail.com

ヴィーガンフレンドリープロジェクトの問い合わせ
veganfriendlyproject@gmail.com



さとの雪食品株式会社
<http://www.satonoyuki.co.jp/>

さとの雪では1973年の創業以来、
『大豆』に「がり」水だけで、安全で
安心なおいしい豆腐づくり」に
こだわり続けています。

<協会事務局>
〒532-0003
大阪市淀川区
宮原 1-19-23-1317
☎06-6868-9860
<http://www.jpvs.org>



NPO法人日本ベジタリアン協会
橋本 晃一 (事務局長)
日本ベジタリアン学会プレゼンテーション賞受賞
大阪市立大学大学院修了・修士 (都市政策)