

# 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？



ヴィーガンフェス「環境保全と食」のもよう



ヴィーガン・サロンのようす



第7回日本ベジタリアンアワードで、市民活動賞を受賞された、(一社)日本ヴィーガン協会代表の三宅久美子さんを、橋本晃一がご紹介します。



エンジェルハンドケアメソッド



今月のベジーさん

三宅久美子さん

～一般社団法人日本ヴィーガン協会理事長  
認定NPO法人日本ベジタリアン協会評議員  
Japanese Heart、エキサイト株式会社の  
契約ライター、人と動物のエネルギーヒーラー、  
アクセサリー＆インテリアデザイナー  
エンジェルハンドケアサロン創始者  
元ジョナサン＆ミヤケイングリッシュスクール長  
建築家の息子と主婦の娘の母、孫5人～

## ●日本ヴィーガン協会設立まで●

教員家系に生まれ、幼少の頃は、明治時代フランス式教育を受けた父方祖母、女官の居る家で育った母方祖母らに文化的教育を受ける。文化人が多い地元の環境と家柄からサロン文化で育つ。10代から無農薬有機野菜を選択。豊かな土壌を守りたく、有機JAS制定活動を行う。阪神大震災で被災し、迷子猫の保護からヴィーガンになり、動物愛護法制定活動も行う。2009年日本ヴィーガン協会設立。東京ベジフェスに協力。2020年一般社団法人に。教育を柱に、ヴィーガン基礎講座、環境学習都市で初のヴィーガンフェス「環境保全と食」開催。野生動物含む環境調査活動を行っている。バイリンガルの息子娘と孫5人は海外在住。ハワイ大学リベラルアート科、関西学院大学経済学部、神戸大学法学部にて学ぶ。

## ●エンジェルハンドケアサロン●

三宅久美子さんは、2008年ベジタリアンからヴィーガンになり、**久宙美(くゆみ)**として**エンジェルハンドケアメソッド**を確立。皆が自分の手を大切にし、天使の手を意識すると暴力もなくなりヴィーガンが増えるという思いで、東京中心に全国でスタッフ400名以上を育成。2万人集客する**東京ベジフェス**にも出店されています。

## ●ノンベジの世界でヴィーガン活動を●

三宅さんは、行きつけや新しい店で、作り手とやり取りしながら**ヴィーガン対応メニューを増やす活動**を続けられています。主催する自然観察会や環境学習会では、環境と食のつながりから**ヴィーガン食を提供**。健康セミナー、企業やギャラリーサロンの顧客懇親会に世界のトレンドを導入しようと提案、**ヴィーガンティータイムやブッフエスタイルランチも提供**さ

## ●主催イベントについて●

2009年秋には、「高尾山で生物多様性を学ぶwithヴィーガンランチ」を開催、坂田昌子さんのガイドで生物多様性の大切さを学び、ヴィーガンランチをケータリング。2022年春には、広く一般にヴィーガンを伝える、環境学習都市にのみや・パートナーシッププログラム認定、**ヴィーガンフェス「環境保全と食」**を開催し、雨の中400名が来場、基調

れています。



①日本ヴィーガン協会沖縄支部発足イベント  
②オーガニックヴィーガン給食を支援



認定商品の一例



セミナーほかさまざまな活動のようす



講師になるには、養成講座受講と、実際にスーパードで調べたり飲食店でヴィーガン対応を頼む課題をこなす必要があるとの事。2022年には、カフェで気軽に学ぶ**30分ランチ講座「What's vegan?」**をスタートさせました。歯科医会など、専門職セミナーに

講演、自然保護団体のワークショップや展示で学び、座談会で環境や食についてディスカッションし、ヴィーガン食を楽しみました。西宮市長も応援に來られました。11月13日に同じ六湛寺(ろくたんじ)公園で開催されます。  
**●ヴィーガン食事会・セミナーと認定●**  
三宅さんは、**関西でヴィーガン食事会**をする730名のグループの**オーガナイザー**でもあり、ヴィーガンメニューのないお店での食事もアレンジされています。ヴィーガン後進国の日本で、マーケットの拡大とともに独自のヴィーガン解釈も広がっており、その上で、それをジャッジせずに、本来のヴィーガンの意味と**ヴィーガン食の広がり**を**学べるセミナー**を展開しております。

講義、自然保護団体のワークショップや展示で学び、座談会で環境や食についてディスカッションし、ヴィーガン食を楽しみました。西宮市長も応援に來られました。11月13日に同じ六湛寺(ろくたんじ)公園で開催されます。

も対応されています。そして、ヴィーガン講座を受講し、それに沿った食品や活動についての教育認定を行っています。  
**●(二社)日本ヴィーガン協会沖縄支部発足&ヴィーガン給食支援●**  
2022年に、**沖縄支部**が誕生し、**ヴィーガンフェスの開催**を準備中とのこと。

**●環境調査について●**  
日本ヴィーガン協会では、温暖化の影響を含む、命と環境のつながりを調べる調査も行っています。地元兵庫県だけではなく、他府県の環境調査と野生動物について調べ報告書を作成。環境学習の資料作りをしています。

2022年には、昆虫研究者、主原憲司さんの講演を行うなど、精力的に、**環境保護活動**に取り組んでいます。

**三宅久美子さん【活動紹介】**

- Japan Vegan Society HP <https://vegan-japan.info>
- Japanese Heart <https://japanese-heart.com/>  
ヴィーガン含む食のマイノリティのための情報サイト
- ヴィーガンフェス「環境保全と食」プレスリリース  
[https://www.excite.co.jp/news/article/Atpress\\_301850/](https://www.excite.co.jp/news/article/Atpress_301850/)

昆虫が教える地球温暖化講演会

温暖化による食物連鎖の影響

植物と昆虫の季節リズム

植物	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
開花												
結実												
越冬												
越冬												

©主原憲司

ロングセラー 実績を誇る! 本体で印字してハンドラペラーで貼る

**透明ラベルプリンターPR-7000**

水ぬれOK多用途! カンタン操作! 日付印字が鮮明!

モード表印字例

消費期限 2022.12.25	賞味期限 2022.12.25	2022.12.25
消費期限 2022.12.25 賞味期限 2022.12.22	賞味期限 2023.1.21 賞味期限 2022.12.22	消費期限 04.12.25
消費期限 22.12.25 LOT A12	消費期限 2022.12.25 NET 300g	賞味期限 2022.05

固有感やLOTの表示もできます。

重量/約10kg  
外寸/H331mm×W350mm×D173mm

山陽自動機 姫路  
【製造(株)セキグチ】

〒671-0221 兵庫県姫路市別所町別所 1898  
☎0120-88-3434 迅速対応  
FAX.079-253-3727 お気軽にお問い合わせ下さい

自然保護活動のようす

<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>

認定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)