



食育を通して家族の絆、親子の繋がりを深める。

愛する人とのあるべき姿を

キャラクターフードで伝えたい。



一般社団法人キャラクターフード協会

AIのキャラ弁教室



Aiko ohshima

キャラクタークリエイター料理教室講師

想いやる心を～想いやりの心で家族の絆を深めたい。
全ての家族のその共通する想いは
愛する気持ちから生まれるものだと思います。
睡眠時間を削ってまでお弁当を作る親がいる、
同僚に美味しいお菓子を作ってくる大人がいる。
そんな大人たちに共通しているのは、
誰かに喜んでもらった経験を持っていること。
その笑顔を創造して作っているのです。
作りながら元気があふれてくるのです。
貴方が作ったお弁当を家族やその友達が褒めてくれた時に
喜びのスイッチが入るのです。
今がチャンスなのです。
喜んでる姿を見たことのある家族を育てたい。

大事なあの人に、大好きなお子さんたちに、言葉では
伝えられない感謝の気持ちや愛情を
それが、大きな願いです！！

〈 お客様の声 〉

- ・末っ子の誕生日に作ったら、抱き着かれました。送るほうも嬉しいものですね。
- ・男性ですが「パパすご〜いと、久々の娘の笑顔でした。」
- ・田舎で暮らす母に映像を送ったら、携帯の待ち受けにしてくれています。
- ・いつも子供達を叱ってばかりでしたが、今日は笑顔と会話が見れました。
- ・キャラ弁教室に参加したら、「帰ったら作ろうよ。」と娘が言ってくれました。
- ・孫に持っていきました。嬉しいです。

等、たくさんの嬉しい後日談を頂いております。



キャラクターフード協会の想い

① 想いやりの心を育てていきたい。

「子供との会話で『早くしなさい早く！早く！』とした会話しかしていない。」

そう言う声をよく聞きます。

お弁当箱の中には、親が子を思う優しい気持ちがあります。

恋人が愛する人を思う気持ちがあります。

友人が仲間を思う気持ちがあります。

故郷の味を思い出し、

ジャンクフードには適わない味と感動を

今一度、思い出して欲しいと願います。

最近では共働きの家族が増えています。

2人目の出産等により、育メンパパも増えており

パパとお子さんの参加も増えてきております。

又、若いお母さんやお父さんのみならず

お料理好きな中・高年者にも生き生きとした場が

与えられるであろうとお教室を通して感じております。



② 地産池消、民間事業者から「事業協力者」を選定することも合わせて考えて行きたい。

このプランを推進するにあたり、地元食品の地産池消はもとより

コラボ民間事業者の高い技術力や、まちづくりの豊富な経験を繋げて活かします。

現在、日本では、東京オリンピック・パラリンピックに向けて

オリンピックレガシー委員会において、住宅プランをはじめ、環境対策、防災対策、子育て支援地域活動の支援、交通対策等について検討されていますが、

その中の、「地域活性化活動」にも重点をおいてみました。

日本には四季折々の気候風土の中で産地ならではの豊富な特産品があります。

野菜、豆、米、肉、お弁当箱、箸、染め物、書き出すときりがありません。

それらは日本の宝物であり

もう一つの日本人特有の細やかな技術とを組み合わせ

一つのお弁当箱の中に日本以外の世界にないアイデアをプラスし

詰め込み、キャラ弁としてアピールします。

③ 美容は外側から内側から

コンビニ弁等やカップラーメンばかり食べていると、短気になり切れやすくなります。

又頭の回転が悪くなり仕事の効率も悪くなります。

「ジャンクフードや外食、偏った食事ばかりしていると毛根が細くなる事も証明されております。

これからの課題であり、本当の美容は外側からだけではない。」と

世界を股にかけている美容室サムソングループの野村誠代表取締役も公言されております。

季節の旬な食べ物には強いパワーが有るだけでなく、『旬を食す』それには理由があります

。

夏野菜には体を冷やす効果、冬野菜には体を温める効果があります。

肌荒れ・便秘症・冷え性・イライラ・鬱等、本当の美容薬はしっかりとした食からなのです。

④ 食物に対する感謝の気持ちを学ぶ。

「オクラがどうやって生っているか知ってますか？」

「蓮根は？ブロッコリーは？葡萄は？椎茸は？生姜は？ブルーベリーは？」

その問いに「知ってるー。」ってが方が意外に少ないのです。

私の祖父母はお百姓でした。

米や野菜、スイカや桃だけではなく、鶏やヤギも飼い、

野菜が収穫出来ない冬には絹を作る蚕まで飼っておりました。

全ての物には命がある。

だから私たちは生きているの。

食物に対する感謝の気持ちを学ぶためにいろいろな豆知識を交えての楽しい教室を心掛けています。

⑤ もっとも重要な事「人は愛されるために生まれてきた。」それを知る授業

お教室を通してハイタッチや自然界の豆知識、又英会話等いろいろな

先生とのコラボを通して人間としての触合いのセッションを大切にしております。

誰もが幸せに成れと望まれて生まれたのです。

それを知るには、誰かに愛された経験を持っている事がある人なのです。

キャラ弁には蓋を開けた瞬間に見た目にも愛されると伝わる簡単な手段です。

作る手と、受け取る手と心のふれあいを大切にします。

遠い将来その愛を受け取ったお子さんが、又誰かを愛し、他人の幸せを願う人を育てたい。

お弁当の日を日本で広める活動をされている 香川県の元校長先生
竹下先生が弁当の日を経験して滝宮小学校を巣立った児童に贈った素晴らしい言葉

- 食事を作ることの大変さがわかり、家族をありがたく思った人は、優しい人です。
- 手順良くできた人は、給料をもらう仕事についてときにも、仕事の段取りのいい人です。
- 食材がそろわなかったり、調理を失敗したりしたとききに、献立の変更ができた人は工夫できる人です。
- 友達や家族の調理のようすを見て、ひとつでも技を盗めた人は、自ら学ぶ人です。
- かすかな味の違いに調味料や隠し味を見抜けた人は、自分の感性を磨ける人です。
- 旬の野菜や魚の、色彩・香り・触感・味わいを楽しめた人は、心豊かな人です。
- 一粒の米、一個の白菜。一本の大根の中にも「命」を感じた人は、思いやりのある人です。
- スーパーの棚に並んだ食材の値段や賞味期限や原材料や産地を確認できた人は、賢い人です。
- 食材が弁当箱に納まるまでの道のりに、たくさんの働く人を思い描けた人は、想像力のある人です。
- 自分の弁当を「おいしい」と感じ「うれしい」と思った人は、幸せな人生が送れる人です。
- シャケの切り身に、生きていた姿を想像して「ごめん」が言えた人は、情け深い人です。
- 登下校の道すがら、稲や野菜が育っていくのをうれしく感じた人は、慈しむ心のある人です。
- 「あるもので作る」「できたものを食べる」ことができた人は、たくましい人です。
- 「弁当の日」で仲間が増えた人、友達を見直した人は、人と共に生きていける人です。
- 調理をしながら、トレイやパックのゴミの多さに驚いた人は、社会をよくしていける人です。
- 中国野菜の安さを不思議に思った人は、世界をよくしていける人です。
- 自分が作った料理を喜んで食べる家族を見るのが好きな人は、人に好かれる人です。
- 家族が弁当作りを手伝ってくれそうになるのを断れた人は、独り立ちしていく力のある人です。
- 「いただきます」「ごちそうさま」が言えた人は、感謝の気持ちを忘れない人です。
- 家族が揃って食事をすることを楽しいと感じた人は、家族の愛に包まれた人です。

代表プロフィール

大島愛子

1966年6月23日生まれ 蟹座 血液型 Rh+A型
岐阜県岐阜市 家族みんなで働く街工場の
5人兄弟の長女として生まれる。



一時は離れた子供の

心呼び戻す事が出来たのが、キャラ弁でした。

型紙を使ったキャラ弁作り、前日の夕食朝食にも使えるレシピやその試食は、オリジナルのノウハウとしてご好評頂いております。

3. キャラ弁受賞歴等

- ① 熊本県主催「くまモンお料理コンテスト」 Web投票 第1位・第2位獲得2012年
- ② 鳥取県米子市「ねぎ来まつりキャラ弁コンテスト」 Web投票 第1位獲得2012年
- ③ 愛知県岩倉市い〜わくんキャラ弁コンテスト最優秀賞受賞 その他2013年
- ④ ヤマザキパンキャラ弁コンテスト、ディズニーWOWOWキャラ弁等 入賞多数
- ⑤ サントリーホールディングス 東京お台場ビッグサイト200人キャラおにぎり教室
- ⑥ 区町村 食育展 大阪浪速区食育教室等2013年
- ⑦ テレビ出演 PS純金ゴールド、岐阜放送、NHK徳島、中日新聞、岐阜新聞
レタスクラブキャラ弁コーナー その他多数掲載
- ⑧ クックパッド認定 キャラ弁講師 2014年12月～
- ⑨ ナゴヤドームママフェス キャラ弁教室2015年3月
- ⑩ イベント企画 名古屋オアシス21キャラ弁教室2014年8月 2015年8月
- ⑪ ゆるキャラミナモちゃん7周年感謝祭キャラ弁教室(テラスゲート土岐・オアシスパーク・まちスポ土岐・日本昭和村・アクアウオーク)2015年8月～12月
- ⑫ 地元青果市場やお米産業、食品企業様とのレシピ開発
- ⑬ 中部学院大学シティカレッジ、各種学校・PTA・子供会等 食育講師 2014年～現在に至る
- ⑭ 電子書籍 英訳付ゆるキャラ本3冊同時発売 2014年12月～
- ⑮ Y! mobairuテレビCM出演2015年7月～等





URL: http://blogs.yahoo.co.jp/charaben_okoku
電話: 0586-85-6886 E-mail: oshima@character-food.com



Character-food には
かつてない笑顔と感動を世界中に与える想いやりがある。



aiko ohshima