野菜ソムリエを知る Yukai学

資格に関するYukaiアンケートの中で、会員の皆さんが取りたい資格として多かった「野菜ソムリエ」について、現在網走管内で唯一シニア野菜ソムリエとしてご活躍されている辻 綾子さんにお話を伺いました。

「野菜ソムリエ」って何？

簡単に言うと野菜や果物の魅力をたくさんの人に知ってもらい、食卓に取り入れてもらうことが野菜ソムリエの使命です。テレビや新聞で食の安全性が取りざたされる昨今、野菜や果物に関する、より確かな情報を伝える為にも野菜ソムリエに対する期待も高まっています。

資格を取るにはどうしたらいいの？

野菜ソムリエの資格は3段階に分かれています。まずは、野菜・果物の魅力を知り、自ら楽しむことができる「ジュニア野菜ソムリエ」。次に、その魅力を周囲に伝えるようになれる「野菜ソムリエ」。そして、野菜・果物を通じて社会で活躍できる「シニア野菜ソムリエ」の3つに分かれています。また、制服のチーフも赤・緑・紫と異なります。

※2011年6月現在、網走管内ではジュニア野菜ソムリエ46名、野菜ソムリエ2名、シニア野菜ソムリエ1名の方が資格を取得し活躍されています。（日本野菜ソムリエ協会発表）

資格を取得したら何に活かせるの？

「野菜嫌いの子ども達に少しでも食べてもらいたい」、「家族の健康を考えて」など、ジュニア野菜ソムリエを取得して納得のいく野菜選びから旬の野菜を生かしたレシピなど、ご家庭で豊かな食生活を楽しむことができます。そして、野菜ソムリエになると生産現場から流通までの知識を深め、ブログや講演会などを通して野菜や果物の魅力を周囲に広めていく活動ができます。さらに、シニア野菜ソムリエになると社会でどのように関わっていくか、何が出来るのかを考え、実現していく事ができます。たとえば、野菜料理のマネジメント、料理教室や講演会を通した食育活動、カフェなどのプロデュース、企業でのプレゼンテーションなど、その活動の幅はどんどん広がっていきます。

野菜ソムリエの資格を取るとどのように変わりますか？

まず、食生活が変わります。野菜の魅力を自らが知ることで、食材選びから調理法まで、食材の魅力を十分に活かし、栄養素や機能性を理解した無駄のない摂取へと、そして体調に合わせた食生活作りが出来るようになってきます。

また、これから秋にかけて日に日に寒くなると根菜類を多く摂り、身体を温め、冬には葉物野菜を摂り不足しがちなビタミン、ミネラルを摂取。そして春になると、冬に蓄積された身体の毒素を出す為に、苦味のあるアクの強い山菜料理を食べるなど、身体が求める旬の食材を摂り入れることにも気遣うようになります。

野菜は食卓に色をつけて、華やかにし、食環境を変えてくれる手助けをしてくれます。野菜の魅力によって、人は元気や笑顔を手に入れることができるようになり、その笑顔は周りの人々も元気にしてくれる力を持っています。是非、みなさんも野菜ソムリエの資格を取得して、体に合った食材選びと無駄のない調理法で「身体の内側からの健康」と「笑顔のおすそわけ」をしていきましょう。

料理教室 V&Fキッチン White Rose 主宰　辻　綾子

【プロフィール】
管理栄養士、一般社団法人 日本野菜ソムリエ協会認定シニア野菜ソムリエ『野菜ソムリエの料理教室』のライセンス取得（協会認定講師）、ベジフルビューティアドバイザー、野菜博士認定講座講師、味覚の授業認定講師などの資格を持ち、レシピ開発や企業の商品開発、食育イベントの企画、講師などとして活躍中。

料理教室 ●9月26日(水) AM10:00～ ●場所／オープンスタジオ あすとも　●10月31日(水) AM10:00～ ●参加料／4,000円
講演会 ●11月17日(土) AM10:00～ ●場所／緑のセンター　●参加料／無料
出前授業参加校募集(小学校) ●味覚授業……3年生 ●野菜博士認定授業…5年生
●詳しくは、辻綾子さんまで（TEL.090-3462-7894）
URL:http://www9.plala.or.jp/v-fkitchen
Mail:v-f@vmail.plala.or.jp

ETCカード有効期限更新のお知らせ

日専連ETCカードの有効期限が09/'12(2012年9月)となっている会員の皆様へ

有効期限満了に伴い、新期限のカードを、9月上旬にお送りいたしました。新カードが、お手元に届きましたら、お間違えのないように旧カードをハサミ等で裁断のうえ、処分くださいますようお願いいたします。

更新対象会員様の有効期限 09/'12(2012年9月)

ご注意　有効期限切れのETCカードでは、ETCレーンの発進制御バーが開かず、大変危険です。必ず新しいETCカードと差し替えてご利用ください。

㈱サッポロドラッグストアーのわくわくポイント変更について

サッポロドラッグストアー(夕陽ヶ丘店・三輪店・若葉店・端野店・遠軽店・美幌店・美幌栄町店・紋別店)は契約形態の変更に伴い、2012年10月1日より日専連お買い上げポイントが1,000円毎に1ポイントへ変更となりますのでご了承ください。

日専連ニックATM閉鎖のご案内

2012年10月10日(水) 21時をもちましてアクロス北見ATMコーナー(駐車場)を閉鎖させていただくこととなりました。現在ご利用のお客様には大変ご迷惑をお掛けいたしますが、何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。尚、キャッシングにつきましては、他のニックATMコーナーまたは提携ATMをご利用ください。また、カードのお支払いは、便利な口座振替(自動引落)をお勧めいたします。ご希望の方は弊社までご連絡をお願いいたします。

日専連カードのキャッシング

急な出費も日専連カードが強い味方。
土・日・祝日もお近くのATMでご利用OK!!

実質年率 17.95%

■ATM利用手数料：お借入れ額1万円の場合105円、2万円以上の場合210円

キャッシングのご利用可能枠や増枠のお問い合わせ　日専連ニック審査部 TEL.0157-24-2299 (平日9:30～18:00)

●貸付条件の確認をし、借りすぎに注意しましょう。
●貸付条件は当社ホームページをご覧ください。

日専連ニック で 検索
www.nissenren-nicc.co.jp

ご利用いただけるATM

日専連ATM 9:00～21:00 ※は店舗営業時間に準じます。
- ●日専連ニック本店・美幌店※・遠軽店※
- ●東武イーストモール※ ●イオン北見店※
- ●イトーヨーカドー北見店※
- ●アクロス北見駐車場(10月10日閉鎖予定)
- ●留辺蘂商業振興会

提携先ATM ※提携先により営業時間が異なります。
セブン銀行　北洋銀行　北海道銀行　北見しんきん　おぱしりしんきん　遠軽信用金庫　ゆうちょ銀行 のCD・ATM

日専連NiCC 200円特別割引券

【ワーナー・マイカル・シネマズ北見】Vol.132
有効期限：2012年11月30日まで　※1名様1回限り有効
●本券1枚で大人200円、大学生・専門学校生100円割引●チケット購入の際窓口にお出し下さい。●他の割引(BIGスペシャル・シニア割引等)・割引券との併用はできません。●特別興行にはご利用いただけません。●S指定席にはご利用いただけません。●作品によってはご利用いただけない場合もございます。●夜リザーブには利用いただけません。
(切り見本・そのまま使えます)

Yukai MOVIE PICK UP

ワーナー・マイカル・シネマズ北見イチ押しの映画をピックアップ!!
映画を観るのも日専連カードで！

9月22日(土) 公開　第2弾上映決定 2週間限定上映
[ヘルタースケルター] R15+
同名コミックを蜷川実花が映画化
トップモデルとして芸能界の頂点に君臨し、人々を魅了するりりこには、その美貌は全身整形によってもたらされたものという、究極の秘密があった。誰にも言えないその秘密を抱えながら、底なしの欲望渦巻く世界を疾走するりりこと、彼女が巻き起こす世間をひっくり返すような事件の真相とは…。
監督：蜷川実花　主演：沢尻 エリカ
©2012 映画「ヘルタースケルター」製作委員会　配給：アスミック・エース

9月22日(土) 公開　第2弾上映決定 2週間限定上映
[臨場　劇場版]
ドラマ「臨場」がスクリーンに登場。
都内で無差別通り魔事件が発生。だが実行犯は被害者遺族達の願いも虚しく、心神喪失が認められ、無罪となってしまう。その2年後、事件を無罪へと導いた刑事と医師が相次いで殺害される。疑いの目が通り魔事件の遺族に向けられるが、検視官の倉石は死亡推定時刻に疑問を抱き、犯人が別にいると考える…。
原作：横山 秀夫　脚本：尾西 兼一　出演：内藤 剛志　松下 由樹　渡辺 大　平山 浩行
©2012「臨場 劇場版」製作委員会　配給：東映

10月6日(土) 公開
[アウトレイジ ビヨンド] R15+
世界から注目を浴びる北野武監督最新作
5年前、ヤクザ界での生き残りを懸け壮絶な権力闘争に明け暮れた暴力団「山王会」は関東の頂点を極め、政界にまで勢力を広げていた。彼らの壊滅を目指す刑事の片岡は、関西最大の「花菱会」と対立させるべく策略を練る。そんな中、獄中で死んだはずの大友が生きていたという事実が持ち上がる。その後出所した大友は…。
監督・脚本・編集：北野 武　音楽：鈴木 慶一　出演：ビートたけし　西田 敏行　三浦 友和
©2012「アウトレイジ ビヨンド」製作委員会　配給：ワーナー・ブラザース映画／オフィス北野

※23時以降の上映終了作品については、北海道条例上、18歳未満の方は保護者同伴でもご入場いただけません。

席リザーブ　観たい映画、観たい日時、観たい座席を、インターネットで予約購入できるオンラインチケットサービス。日専連カードで簡単決済。

夫婦50割引　どちらかが50歳以上なら 夫婦で2,000円 ※公的証明書をご提示いただきます。

日専連カード新会員様をご紹介ください。

《ご紹介者》ご紹介された成約者1名につき「ワーナー・マイカル・シネマズ北見 映画招待券(ペア)または2,000円分のギフトカード」プレゼント!!

《ご成約者》1,000円分のギフトカードプレゼント!!

《ご紹介のめやす》
北見市・紋別市・美幌町・遠軽町および近郊に居住されている18歳から65歳の方。
弊社所定の審査によりご意向に添えない場合がございます。

《ご紹介方法》
右記のご紹介カードを封筒に入れて弊社へご郵送またはホームページからご紹介ください。

送付先
〒090-8729 北見支店私書箱 57 号
日専連ニック「会員ご紹介」係
または、日専連ニック 検索
www.nissenren-nicc.co.jp

●新会員様ご紹介カード●

紹介者様	ご住所	〒 TEL
	お名前	フリガナ
新会員様	ご住所	〒 TEL
	お名前	フリガナ

※新会員様にはギフトカード1,000円分をプレゼント。
ご希望の品いずれかに○をおつけ下さい。　●ギフトカード　●映画招待券
※ご希望の品に○のご記入がない場合はギフトカードを進呈させていただきます。

Yukai Vol.132
※ご応募による個人情報については弊社よりのご案内または記念品発送のためにご利用させていただきます。

C D
「ALL SINGLES BEST 2」コブクロ
4月から活動再開しているコブクロがベストアルバム第2弾をリリース。大ヒットシングル「蕾」「流星」から、絢香とのコラボ曲「WINDINGROAD」「あなたと」、今井美樹と布袋寅泰との曲「太陽のメロディー」、さらにファン投票1位の人気曲「ココロの羽」を新たに録音。通常盤とDVDが同梱の初回限定盤が選べるファン待望の一枚！
初回限定盤 4,500円　通常盤 3,300円
9/5リリース　協力/タケダ楽器様

DVD
「前田敦子 涙の卒業宣言！inさいたまスーパーアリーナ」AKB48
「私、前田敦子は、AKB48を卒業します…。」衝撃的な報告が告げられたAKB48コンサート「業務連絡。頼むぞ、片山部長！inさいたまスーパーアリーナ」が遂にDVD化！出演メンバーにはAKB48と姉妹グループのSKE48、NMB48、HKT48、JKT48、解散したSDN48も参加。あの興奮が蘇る!!
スペシャルBOX盤 18,900円
9/5リリース　協力/タケダ楽器様

今月の1冊
「往復書簡」
高校教師の敦史は、小学校時代の恩師の依頼で、彼女のかつての教え子、六人に会いに行く。六人と先生は二十年前の不幸な事故で繋がっていた。それぞれの空白を、手紙で報告する敦史だったが…過去の事件の真相が、手紙のやりとりで明らかにされていく…。手紙だからこそできる告白に、驚きと感動が満ちた、書簡形式の連作ミステリーです!!
湊 かなえ 著
幻冬舎　630円
協力/ひかりや書店 北見店様

docomo

とにかく簡単 らくらくスマートフォン

見やすい大画面　らくらくタッチ操作　メールなどもしゃべって音声入力　文字入力は手書きでもOK

●まだまだあります簡単操作!!
当店のスマートフォン無料体験コーナーでお試しください。

ドコモショップ 日専連ニック店 TEL.(0157)66-2000 営業時間/あさ10時～よる7時 年中無休
ナップス駐車場2時間無料
《ポイントアップ店》北見市北2条西3丁目(ナップス駐車場ビル2条側1F)