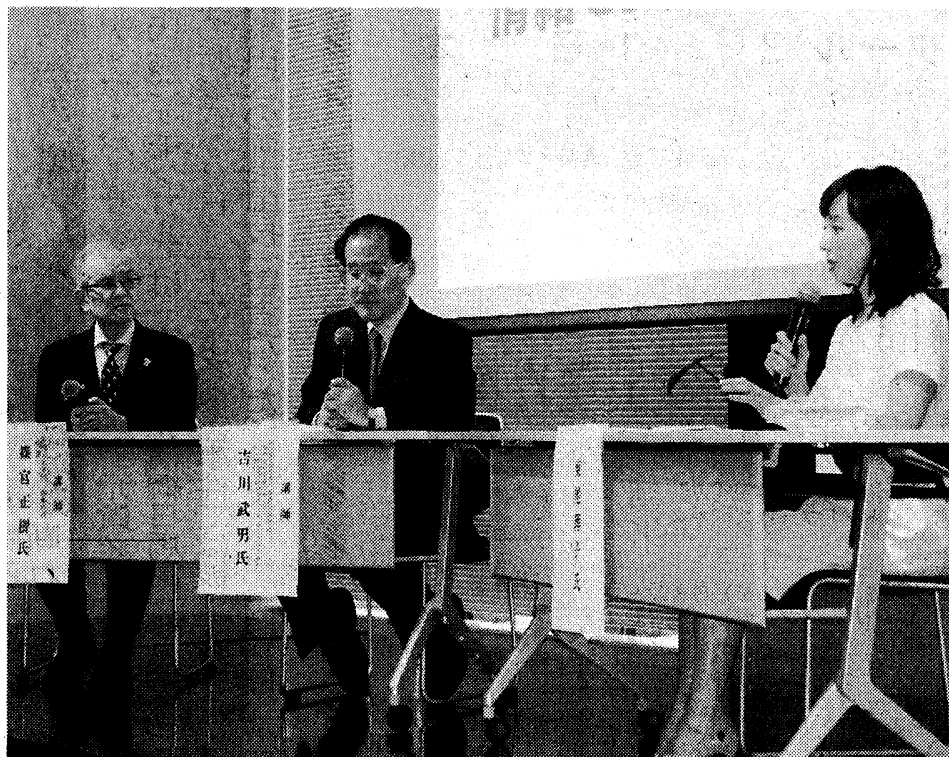


「心が満腹」大切に

子どもの生活習慣病予防

篠宮・小象の会理事長講演



東尾理子さんからの質問を受ける篠宮正樹理事長
(左端) = 都内

最新の医療情報と正しい栄養情報を伝え、アマニという健康食材の普及を目的にした「アマニフォーラムセミナー」(日本製粉など主催)が都内で開かれ、県内で生活習慣病の予防活動を推進しているNPO小象の会理事長である篠宮正樹・西船内科院長が講演した。

セミナーは「若年層、子どもの栄養管理」がテーマ。小象の会は近年、小・中学生にも増えてきた肥満の問題に対し、学校への出張授業や出版活動を通して取り組んできた。篠宮理事長は、食生活の改善といった生活習慣病の予防を子どもたちが自ら実践するに、自尊感情の高揚が重要と講演。「知るワクワクン」として、奇跡ともいえる精妙な人間の体の機能、命の不思議を子どもたちに知ってもらうことの必要性を強調した。

続いて、プロゴルファーで3児の母でもある東尾理子さんを交えて対談。東尾さんからの「子どもにおなかいっぱいまで食べさせてよいか」との質問に、篠宮理事長は「食事を一緒に作ったり、食材を考えたり、ゆっくり食べることで子どもとコミュニケーションをする」ことによる『心が満腹になる』食べ方が大切」と回答し、親の食行動の在り方への努力を求めた。