

日々の  
暮らしに

香川芳子

女子栄養大学学長

世界的な経済危機、各地で起こる自然災害、食の安全を揺るがす事件など、不安に思う事柄はありますが、それぞれ喜びも悲しみも受け止めて生きています。今年も、体をととのえて、どのような出来事に対しても適切に判断し、冷静に行動できるようにしたいものです。私たちは食べることで命を支えています。私たちが食生活で病気を誘発することもあります。生きていく限り私たちは食べ続けなければなりません。だからこそ、食と健康に関しては生涯学ぶことがあり、それを日々の暮らしで実践することがたいせつなのです。本学には夜でも学べる大学二部のコースがあります。社会に出てから食と健康について学ぶ必要性を感じ、入学する学生は真剣です。患者の質問に答えられるようにと、

病院から駆けつける看護師も複数います。彼らの真摯なまなざしに私は勇気づけられます。本誌の読者のかたがたも食と健康を学ぶ私の同志です。本誌で得た知識はご自分だけでなく、家族や周囲の人に伝え、生活に生かしてください。どなたにも健やかで幸せな人生を送っていただくのが願いです。

食と健康に関しては  
生涯学ぶことがあります  
そして人々に伝えてください

