



児童たちに生活習慣の乱れがもたらす体への影響を説明する中路氏(左)

生活習慣乱れ影響は？

舞戸小 5、6年生が健康教室

舞戸町の舞戸小学校(川越しづ子校長)は6月29日、弘前大学大学院医学研究科特任教授の中路重之氏を招き、5、6年生児童と保護者を対象とした健康教室を開いた。児童らは生活習慣の乱れがもたらす、将来的な体への影響について学んだ。

教室は町の協力を受け、家族と共に、子ども

もの時から健康に関する正しい知識を身に付け、健康な大人になつてもらおうと開いた。児童と保護者約140人が参加した。中路氏は本県が全国一の短命県であることを紹介した上で、運動不足や喫煙、飲酒、肥満といった生活習慣の乱れが加齢とともに高血圧や糖尿病、脂質異常症などをもたらす筋梗塞、脳卒中で死亡する場合があるなど、分かりやすく解説、児童たちも熱心に聴き入っていた。

(下山高秋)