

日々の暮らしに

香川芳子

女子栄養大学学長

人生は一度きり “食”を学んで 充分に生きましよう

生涯学習は、日本ではまだ歴史が浅いのですが、海外では社会に出てからも大学などで学ぶ環境が整っているようです。

人生90年の時代、若いころ学んだ知識では対応できないこともあります。ことに“食”はどなたにもかわりがあります。サプリメントや健康食品などの情報はあふれ、確かなものであるかを知りたいという人も多いのです。食や健康の情報の中から、なにをどう選ぶか、これがその人の健康状態に大きな影響を及ぼします。

今春、母娘で女子栄養大学同時

卒業といううれしい出来事がありました。オープンキャンパスで教育内容に関心を持ち、同時受験。娘さんは昼間のコースで、母親は二部でもとに勉学に励みました。二部には78歳の開業医や看護師が学ぶ姿も見られます。日ごろ患者さんから寄せられる、食に関する多くの質問に的確に答えられるようにと、ご自身の知識を高めておられます。

食に関する学びに修了はありません。学んだ知識は日々の生活の場で実践しましょう。一度きりの人生を豊かなものにしてください。