

あなたのご家族（兄弟・姉妹・父母・祖父母）に八中の卒業生がいたら見せて下さい。

変わる社会 米食派それともパン食派 主に日々の朝食ですが、あなたは米食派ですか、それともパン食派ですか。何故そんなことを聞くかと申しますと、食が変化しているからです。現代社会ではそれ以外に、朝食を摂らない方もおります。とはいえ、多くの方々は毎朝朝食を頂いております。

戦後の敗戦時に多くの日本人は、栄養失調に見舞われる程の食料不足でした。そして、天皇陛下自らがマッカーサーに国民の状況を訴え、その救済を求めました。その結果、アメリカは余剰の小麦と脱脂粉乳を大量に持ち込み食糧難は改善されていきました。その中で特にパン食とかミルクは、学校給食に反映され、多くの児童がそれらを口にする機会を得たのです。決して美味しいものではありませんでしたが、それは仕方のないことです。（年配者の多くは、これを経験している）

これらの状況を機会にわが国では、パン食の文化が徐々に広がり、さらには肉類の摂取も広がりました。半面、従来からの米の需要は大幅に減りました。当時、慶応大学医学部の教授が「米を食べると馬鹿になる」などとの見解でのキャンペーンもあり、パン食への転換を薦めた経緯もあります。

	1965	2020
米	117.4kg	50.7kg
小麦	29.0kg	31.7kg
肉	9.2kg	33.5kg

左記の表は一人の年間摂取量です。これで分かります様に、米需要が落ち、パンの需要は少し伸び、肉に至っては大変な伸びを示しています。これで食生活の変化がハッキリとみてとれます。しかしこの食生活の変化が、従来とは違う様々な問題を引き起こす原因ともなっているのです。

この変化で顕著なのが肥満です。肥満は成人病への引き金ともなりますが、米飯の摂取量が多い国ほど肥満レベルが低いという結果もあります。また近年、春先以降に発生している「花粉症」に対して、小麦（パン・パスタ・うどん）のような腸を詰まらせる食品の増大が、花粉症の発生を助長しているとも云われています。その原因は、小麦に含まれる「グルテン」の作用だと。

現在我が国では、米の生産量は約900万トン、消費は約700万トンで自給自足できていますが、小麦の自給率は低く、90%以上は輸入に頼っています。自給率38%の裏にある問題は次回に。

「かわいい動物写真」寄贈（ホスピタル・アート事業）令和6年2月26日（月）

昨年より実施しているホスピタル・アート事業（病院や施設にアートを配付して、癒しの空間をとる試み）として、今年度は下記の5か所に、A4サイズの額装を各施設に10枚ずつ寄贈し、その贈呈式が学校の校長室で行われた。これに静岡新聞が取材に入り、翌日の朝刊に掲載されました。



校長室で行われた贈呈式（写真右 白井会長）

「かわいい動物写真」寄贈先

- ①アンジェス浜松中沢（中沢町）
- ②アンジェス浜松佐鳴台（佐鳴台）
- ③城北の家（城北）
- ④平安の森（八幡町）
- ⑤西山病院（西山町）

同窓会だより」掲載記事募集

八幡中学校同窓会事務局 代表 白井 鉄男
連絡先：〒430-0928

浜松市中区板屋町612-402

FAX：(053) 489-6391

ironman29@hotmail.co.jp

「同窓会だより」は、八幡中学ホームページトップの「特色ある活動」から入ると、スマホやパソコンからでも見られます。皆様の友人や同級生にも教えてあげて下さい。「同窓会だより」は毎月発行。