

4年ぶりに組合員活動交流集会を開催

全体テーマ “今だから考えよう、食べること”

2月15日（水）、「2022年度組合員活動交流集会」がオルガなどの各生協サテライト会場、Youtube ライブで開催され、92名が参加しました（サテライト会場6会場42名、オンライン視聴50名）。食べ物（栄養）と健康とのつながりを疫学的に調べる「栄養疫学」研究の第一人者、東京大学大学院医学系研究科 社会予防疫学分野教授 佐々木敏（ささき さとし）先生による講演や各生協の活動報告が行われました。物価高騰で食費が上がっても食は大切、5年・10年先の自身と家族の健康のために知っておくべきことを学びたいと企画されたものです。



佐々木先生の講演「知って納得、たしかかな栄養・健康情報をあなたに～本当の栄養・健康情報の見方と選び方～」では、テレビや雑誌、インターネットでは、大量の根拠薄弱な栄養・健康情報が流される一方で、減塩といった地味だけれどとてもたいせつな情報はあまり流されていないこと、確かな栄養・健康情報とは何か、その見分け方などについてお話されました。「食塩は、1日平均として何g食べたらそれ以上いらぬか」など、栄養学クイズを交えながらデータや事実に基づいた考え方や確かな情報を得て行動することが大切であると強調されました。参加者からは「クイズは間違いだらけでしたがとても勉強になった。減塩をもっと意識して取り組みたい」「自身が正しい言葉で、正しい情報を広げていけるようになりたい」等のくらしに活かしたいという声、佐々木先生のお話をもっとききたいという声が多数寄せられました。

岡山医療生協、おかやまコープ、グリーンコープ生協おかやまから、食に関する活動として、食塩摂取量検査や食育、食を支援するカンパの取り組みなどが報告され、それぞれに佐々木先生からご講評いただきました。

「大切にしていることやひたむきな活動がよく分かりとてもよかった」「生協活動＝私たちの生活応援。自分にできることで応援したい」等、参加者から前向きな感想が寄せられました。



★見逃し配信（2023年4月末まで）
<https://youtu.be/q1nVdHd2ie4>

