



車内の金城学院大学

32限目

「公衆栄養学」

## 「私ってニワトリ症候群!？」

### 〔現代における食の問題〕

みなさんは、「ニワトリ症候群」という言葉を知っていますか？これは現代の食習慣において問題視されている孤食・欠食・個食・固食の頭文字「コケッコ」をとって、「ニワトリ症候群」と呼ばれているものです。孤食とは、一人で食べる食事。欠食は朝食などを摂らない食習慣、個食は家族がバラバラに好きなものを食べることで、そして、いつも同じものばかり食べることが固食。これらが今、様々なかたちで私たちの心や体に悪影響を与えていると言われています。栄養の不足や偏り、不規則な食事は、成長過程にある中高生にとっては特に深刻で、現代の家庭や社会が改善していかななくてはならない大切な問題なのです。

食を通じ、人が健やかに生きる社会を考える。それが生活環境学部 食環境栄養学科。

12/11(日)  
金城学院大学+同志社女子大学  
「冬のオープンキャンパス」開催!

会場 名古屋駅前「ウインクあいち」

強く、優しく。



金城学院大学