

研修(研究)報告書

平成 5 年 3 月 31 日

玉名市議会
議長

様

氏名 近松 恵美子 (近松)

下記のとおり、参加(開催)しましたので報告します。

参加議員	近松 恵美子		
日時	平成 4 年 11 月 15 日(火) ~ 平成 4 年 11 月 15 日(火) 午前・午後 10 時 30 分 ~ 午前・ 午後 12 時 30 分		
場所	愛知県豊田市新庄町 kabo	参加者数	1
研修(研究)事項	講演会「元刑事と元不良による犯罪心理と 対策について」		
概要及び所見	別紙のとおり。		

11月12日、13日の両日は沖縄で、「意識の原理」のセミナーに参加し、14日に愛知県豊田市に到着、15日に食育講演会に参加しました。

演題は、「元刑事と元不良による犯罪心理と栄養について」
アメリカでの栄養がここに及ぼす変化についての研究結果や、刑事が犯罪の取り調べを通して感じた、犯罪者の食の実態などを多くの資料を基にお二人でお話しされた。

主な内容は、

少年矯正施設の子どもの食事から、減砂糖食にしたところ

暴行 82% 減少

窃盗 77% 減少

命令拒否 55% 減少

変化が大きかった者の特徴として

暴行、強盗、強姦、加重暴行、自動車盗、暴力行為、幼児わいせつ、放火、致死可能性武器の所有で収容されている者など 突発的な行動をするものが多かった。

減砂糖食とは

甘い缶詰の果物は、冷たい水ですすいだ。

砂糖入りのジュースは本物の果物ジュースに変えた

アイステイなどにはショ糖なしで与えた

ショ糖を使ったゼリーとニッケイロールは食事から除いた。

自販機のソーダやコーラを果汁ジュースに変えた

食堂のテーブルの砂糖をはちみつに変えた

砂糖を加える調理法を止めて、野菜や果物にジュースを煮詰めて甘くした。

砂糖を大量に含む朝食用シリアルは食事から除かれた。

少年犯罪者の両親に、健康上の理由で大量の砂糖を含む、お菓子などの差し入れを控えるよう要請した。

以上、砂糖を徹底的に排除した。

また、最近の研究結果では

思春期に砂糖を過剰摂取したねずみで精神疾患の症状を呈したものの脳と、統合失調症や双極性障害者の死後脳を解剖した結果、脳の変化として同様の障害がみられた。

つまり砂糖の過剰摂取と精神疾患とは関わりがあるとのことであった。

さらにミネラル不足も、精神に大きく影響し、リン酸(加工品に多く使われる)の過剰摂取は、亜鉛不足を引き起こし、それが行動異常を起こす、と具体的な例もあげられた。

リン酸の経口摂取で5分後に多動になったこどもや、重い行動異常児に3週

間、硫酸亜鉛を経口投与したところ問題行動がなくなった、などの事例も話された。

砂糖を減らす、自然な食べ物、ストレスケアが大切

ショ糖の多いデザートとスナックが取り換えられるか除かれた。

また、有罪宣告を受けた成人犯罪者の再逮捕率においては

一般的に行われているカウンセリング、社会福祉サービスだけの再犯率33.8%に比べて、食事のアドバイスを受けた群では、11.7%であった。

こんなに食の大切さを感じるお話しは市が主体となって講演会を企画してもらいたいものだと感じました。

それにしても、SATで活躍されていたエリート刑事の阿部さんが、安定した職を投げ捨てて、このような講演活動をビジネスとして立ち上げている行動力にも感心しました。

また、散々ワルをしてこられた串田さんは、人を助ける仕事をしたい、と食とヒーリングサロンを経営しておられます。食を変えることで、人生をこれほどまでに変えることができることに感動しました。このお二人のお話しは多くの若者を力づけてくれるものと思いますので、是非玉名市でも実現させたいと強く思った講演会でした。