

# Dr.わーだーの養生記

vol.7

## 「屋台と健康(1)」

こち  
心血医院

院長 和田 豊郁



遠足や運動会の時のお昼のお弁当のおいしさを覚えているでしょうか?特別なものでなくても、外で食べるとおいしいのです。土曜夜市で売っている食べものも心ひかれます。バーベキューも楽しいものです。桜が咲く頃はまだ寒いのに公園は花見客でいっぱいになります。でも日本人は小さいときから家の中で座って食べるのが基本と教え込まれてきました。たしかに棒に刺さった食べものを持ち歩くのは危ないので歩きながら食べることは危険です。とくにお子さまには。一方、世界に目を広げるとアジア諸国では屋台は人気で観光資源にもなっています。ヨーロッパのカフェやレストランでは、別に席料を払ってでもテラス席を利用したい人が多いと聞きます。実は、巢の中に食べものを持ち込んで食べる哺乳類はいないので。外で食べると本能が目覚ましストレスから開放されるのでしょう。

### ■ 心血医院

久留米市日吉町14-68 / TEL.0942-65-5129

診療時間:〈月~土〉9:00~12:00、〈月火・木金〉19:00~22:00

休診日:日祭・盆・年末年始