

# 環境映画上映会

## あなたの食事、大丈夫？ あまくない砂糖の話



オーストラリア映画史上 NO.1 の大ヒット！

(ドキュメンタリー部門)

世界中で肥満の増加が社会問題になっている今、日本でもその危険性は高まっていくと言われている。ヘルシーな食生活を送っているから大丈夫、そう思っていないですか？ヨーグルトやシリアル、フルーツたっぷりのスムージー、ヘルシーだと信じ込んでいる食品に大量の砂糖が隠されているとしたら.....?俳優デモン・ガモーはある日、オーストラリア人は平均で一日にスプーン 40 杯分の砂糖を摂取している事を知らされる。その事実に衝撃を受け、自らが被験者となり 60 日間の人体実験を開始!お菓子やジャンクフードなど明らかに砂糖の多い食品は避け、ヨーグルトなどの“ヘルシー”な食品だけでスプーン 40 杯分の砂糖を毎日摂取しながら体と心の変化を記録していく。さらに実験と並行して世界一の肥満大国アメリカに渡った彼は、精糖業界に隠された砂糖にまつわる驚愕の事実を知ることになる。砂糖を摂り続けるガモーの心と身体にも重大な変化が現れ始め.....。実験結果が教えてくれたのは、わたしたちの食生活に忍び寄る、砂糖の“あまくない”真実。観れば必ず誰かに教えたいくなる。あなたの食事はきっと変わる。

●平成 30 年 1 月 7 日 (日)

●参加費無料！申込要！

●時間：午後 2 時～午後 5 時 ※開場：午後 1 時 30 分※交流会含む

●場所：練馬区生涯学習センター 2 階・教室 1 ●住所：東京都練馬区豊玉北 6-8-1※地図裏面

●問合：練馬区生涯学習団体 エコピープル勉強会 代表 渋谷誠

●電話：090-6197-0524 ●メール：shibuya@jcom.home.ne.jp

# 第 49 回エコピープル勉強会 in 練馬区

