

20190314 :

(この日は時間がなくて、日本語でしかお話できませんでした)
(이 날에 시간이 없어서 일본말로 밖에 이야기할 수 없었습니다)

きょうは、やせたお母さんの話です。
오늘은 살을 빼 엄마의 이야기예요.

日本では、食事を減らして、やせた若い女の人が増えました。
일본에서 식사를 줄여서 살을 빼 젊은 여자가 늘었어요.

赤ちゃんがおなかにおいても、食事を減らしてやせたままのお母さんも増えました。
아기가 배 속에 있을 때도 식사를 줄여서 살을 빼 엄마도 늘었어요.

それでは問題です。
그럼 문제예요.

食事を減らして、やせたお母さんから生まれた赤ちゃんは、
식사를 줄여서 살을 빼 어머니에게서 태어난 아기가

どのように生まれて、どのように育ちやすくなるでしょうか？
어떻게 태어나고 어떻게 자라게 될까요？

1 やせた赤ちゃんとして生まれて、大人になってもやせやすい
1 살이 빠진 아기로서 태어나고 어른이 되어도 살이 빠지기 쉽다

2 やせた赤ちゃんとして生まれて、大人になると太りやすい
2 살이 빠진 아기로서 태어나고 어른이 되면 살이 찌기 쉽다

3 普通の大きさの赤ちゃんとして生まれて、大人になるとやせやすい
3 보통 크기의 아기로서 태어나고 어른이 되면 살이 빠지기 쉽다

正解は2番、やせた赤ちゃんとして生まれて、大人になると太りやすいです。
정답은 2 번, 살이 빠진 아기로서 태어나고 어른이 되면 살이 찌기 쉬워요.

赤ちゃんがお母さんのおなかの中にいるとき、お母さんが食べないと、赤ちゃんもやせま
す。
아기가 어머니의 배 속에 있을 때, 어머니가 안 먹으면 아기도 살이 빠져요.

そして、栄養が少ないことに慣れてしまいます。
그리고 영양이 적은 게 익숙해져 버려요.

生まれても、栄養が少ないことに慣れたことは、大人になっても体に残っています。
태어난 후에도, 영양이 적은 게 익숙해진 것은 어른이 되어도 남아 있어요.

そのような人が、普通の人と同じように食べると、太りやすいです。
그런 사람이 보통 사람들처럼 먹으면 살이 찌기 쉬워요.

他の健康の問題も起きやすくなってしまいます。
다른 건강 문제도 생기기 쉬워 버려요.

これを、バーカー仮説、といいます。イギリスのバーカー先生が言ったからです。
이걸 바커 가설이라고 해요. 영국사람인 바커 선생님이 말했으니깐요.

日本では、DOHaD (ドーハッド) 説ということが多いです。
일본에서는 DOHaD (디 오 에이치 에이 디) 설이라고 많이 불러요.

皆様、食べ物をたくさん減らしてやせようとししないでください。
여러분 음식을 많이 줄여서 살을 빼려고 하지 마세요.

皆様と、皆様の未来の子どもを大事にしてください。
여러분하고 여러분의 미래의 아이를 소중히 하세요.