

소비 홍보

## SBS TV “잘먹고 잘사는법” (달걀편)

하루 2개씩 달걀 먹으면  
건강하고 활력있게 살 수 있다

지난 23일(토)아침 9시 방송인 임성훈씨가 진행하는 SBS TV 잘먹고잘사는법, 건강  
음식대백과 코너에 달걀편이 15분간 방송되었다. 잘먹고잘사는법은 주말 오전시  
간대에 방송되며 웰빙식단을 소개하고 소문난 주말여행지를 소개하여 주부들에게 인기  
있는 교양프로그램이다.

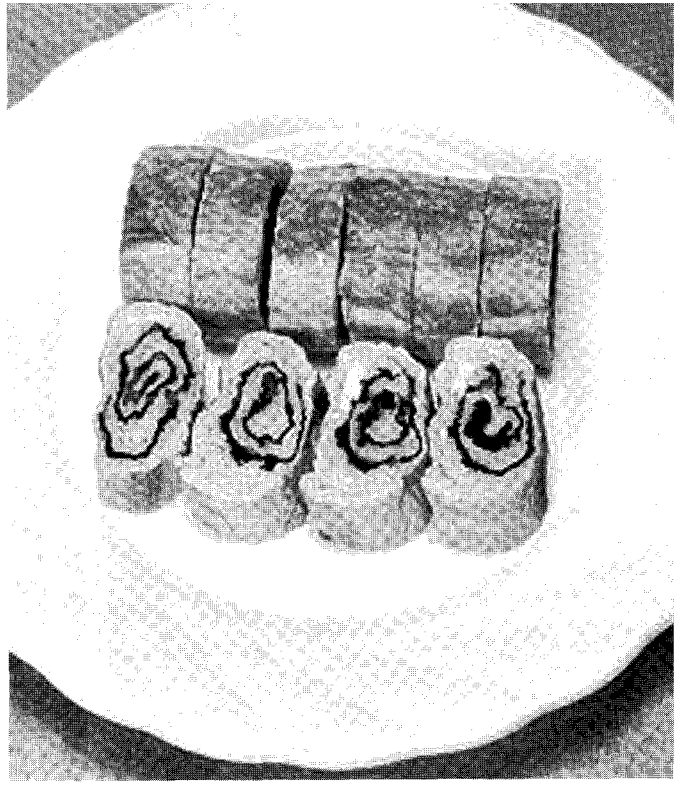
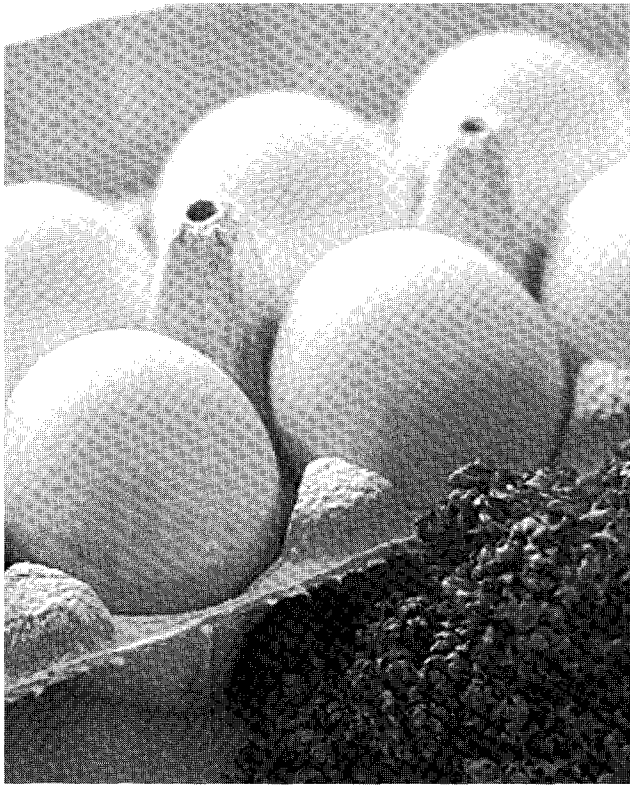


### 달걀은 노화방지, 치매예방식품

미국 내셔널 인콰이어러지의 ‘달걀은 오래살게 해주는 식품’, 일본 의료영양학회의 ‘달걀은 노화방지, 치매예방식품’ 등의 보도를 인용하며 시작된 방송은 먼저 달걀의 섭취가 노인의 치매예방과 노화방지에 효과가 있음을 상세하게 보도하였다.

### 달걀의 콜린 성분이 기억력 향상과 학습능력 향상 시킨다

또한 이번 방송에서는 달걀이 두뇌발달에 좋은 영향을 미친다는 연구결과가 처음



으로 보도되어 화제가 되었다.

달걀노른자에 많이 함유된 콜린성분이 두뇌활동을 활발하게 만들어 기억력향상, 학습능력향상에 큰 도움을 주며 특히 임신기간 중 임산부의 꾸준한 달걀 섭취가 태아의 두뇌발달에까지 영향을 미친다는 학계발표를 동국대학교 식품영양학과 노완섭교수가 출연하여 설명하기도 하였다.

**달걀은 혈중 콜레스테롤을 떨어뜨린다**

더구나 달걀에 포함된 콜레스테롤이 혈중 콜레스테롤을 높이지 않는다는 점을 방송하여 소비자들의 달걀섭취 기피 원인 중의 하나인 콜레스테롤 문제에 대한 오해를 다시 한번 풀어보는 계기가 되었다.

하루 2개씩 달걀을 섭취하는 것이 건강하고 활력있는 생활에 큰 도움이 된다는 것을 강조하였으며 4월 26일 심야시간대에 방송될 특집 다큐멘터리에 대한 시청자의 관심을 유도하였다. (대한양계협회 자조금팀)

