

## シニア食育講座のご案内

公益財団法人 すこやか食生活協会

超高齢社会を迎えた中で、シニア世代にとって、どのようにして健康で充実した毎日を過ごすかということは極めて重要な課題です。このような観点から、長年、高齢者の健康づくりに関する研究・実践活動を続けている熊谷修先生から、老化を遅らせ要介護を防ぐ栄養手段や超高齢社会の栄養施策の方向性などについて説明いただきます。

また、世界的な日本食ブームの中で、我が国の和食文化を支えてきた伝統的な醸造発酵食品の歴史や健康効果などを解説するとともに、世界に誇る日本の清酒製造技術などを醸造学の専門家である秋田修先生から紹介いただきます。

1. 日 時 平成30年2月16日（金）13：30～16：45（開場13時）

2. 場 所 製粉会館 5階 会議室 （東京都中央区日本橋兜町15-6）  
東京メトロ茅場町駅（東西線・日比谷線）から徒歩4分

3. プログラム 13：30 開 会

13：40～15：00

講演：地域高齢者集団の栄養状態を改善する食事対策

— 20年以上に及ぶ実践研究から明らかになった事実 —

講師：熊谷 修 氏

一般社団法人全国食支援活動協力会理事

東京都健康長寿医療センター研究所協力研究員 学術博士

15：20～16：40

講演：日本の醸造食品の歴史と現代における効用

講師：秋田 修 氏

実践女子大学生生活科学部食生活科学科教授 農学博士

4. 募集人数 60名（受講料 無料）

5. 申込方法 「参加申込書」を当協会あてにFAX（03-5641-5312）  
またはメール（[hirashima@sukoyakanet.or.jp](mailto:hirashima@sukoyakanet.or.jp)）で送信して下さい。  
電話でも受け付けます。受講票は送付しませんので、ご了承下さい。

6. 連絡先 公益財団法人 すこやか食生活協会（Tel 03-5641-5311）

後 援 公益社団法人 日本フードスペシャリスト協会  
シニア世代食育推進協議会

すこやか食生活協会 へて (FAX No. 03-5641-5312)

## 「シニア食育講座」参加申込書

氏名		団体・会社名		役職名	
TEL			FAX		
E-mail					

### 講演概要

1. 講演：地域高齢者集団の栄養状態を改善する食事対策  
— 20年以上に及ぶ実践研究から明らかになった事実 —

講師：熊谷 修 (くまがい しゅう)

一般社団法人全国食支援活動協力会理事

東京都健康長寿医療センター研究所協力研究員 学術博士

概要：シニア世代は疾病とは全く異なる身体変化である” 老化そのもの” の進む速度が健康問題となる。これまでの疾病の予防概念の外挿では本質的対応ができない健康問題である。最近、よく見聞するようになったサルコペニアあるいはフレイルというレトリックも老化を基盤とした身体変化を表象したものである。我が国唯一の25年以上に及ぶ地域高齢者集団の観察研究と介入研究により、老化を遅らせ要介護を防ぐ栄養手段が明らかにされた。実践科学的に整理された全容を解説し超高齢社会の栄養施策の方向性を指し示す。

.....

2. 講演：日本の醸造食品の歴史と現代における効用

講師：秋田 修 (あきた おさむ)

実践女子大学生活科学部食生活科学科教授 農学博士

概要：平成25年12月に和食がユネスコ世界無形文化遺産として登録された。和食文化を支えているのは日本の伝統的な醸造発酵食品である。それらの歴史について概説し、特に世界に類を見ない巧みな技術で醸造される清酒製造について、他の醸造酒と比較しながら解説し、さらに日本の伝統文化の中で果たしてきた役割を振り返る。これらの伝統的醸造発酵食品が、現代の食生活においてどのような健康効果が期待されて食の世界に溶け込んでいるのか、特にアルコール飲料と健康について改めて考えていきたいと思う。

**製粉会館への案内図**

〒103-0026 東京都中央区日本橋兜町15-6

○東京駅八重洲 北口から(さくら通り)を徒歩で約15分。

○地下鉄日比谷線1番、2番出口から約4分又は東西線12番出口から約4分。

