

第12回

フォーラム 食の寺子屋 2016

講演会

「スーパー和食の魅力」

昭和50年(1975年)型の食事 “スーパー和食”とは!?

昭和50年(1975年)型の食事“スーパー和食”がなぜ健康長寿によいのでしょうか。そして今、なぜ和食が世界から絶賛されているのでしょうか。それはごはんや大豆・海藻など種類の多い食材を用い、適度に西洋化した、昭和50年当時の食事が「内臓のストレス性が低く、エネルギー消費を促し、肥満を抑制する」と科学的に解き明かされたことによります。この研究の推進者である都築先生からその理由を伺います。講演後は2016年スタイルの“スーパー和食”ランチをいただきながら、これからの食事に取り入れて行く手立てについて一緒に考えてみませんか。「健康」と「食」に関心のある多くの皆様のご参加をお待ちしております。

お申込み

* 参加ご希望の方は下記申込書にご記入の上、FAX かメールにてお申込みください。

*** FAX : 022-279-2540**

(事務局：岸谷)

*** メール info@syokunou.org**

2016.1.30
まで!
お申込み
お早めに!

●日時：2016年2月7日(日)

11:30~14:30(開場11:00)

●場所：仙台市市民活動サポートセンター

6F セミナーホール

仙台市青葉区一番町4-1-3 / ☎022-212-3010

●参加費：1,000円

お弁当付♪
先着70名様

第1部 講演会

“スーパー和食”~その科学的根拠~

講師：都築毅氏(東北大学大学院農学研究科准教授)

第2部 これからの“スーパー和食”を考える

2016年スタイルの

スーパー和食ランチとディスカッション

* お弁当は、みんなの食堂「みのわ」特製

* 講師：プロフィール



つぎつよし
講師：都築毅氏
東北大学大学院農学研究科准教授

●1975年、愛知県豊田生まれ。東北大学大学院農学研究科博士後期課程修了。宮城大学食産業学部助手、同助教を経て、2008年4月から現職。第13回杉田玄白奨励賞、日本農芸化学会奨励賞、日本栄養・食糧学会奨励賞、等受賞多数。専門分野は食品機能学、栄養化学、健康科学、予防医学。
著書：「昭和50年の食事で、その腹は引込む~なぜ1975年に日本人が家で食べていたものが理想なのか~」講談社+α新書(2015年1月)
●現在の主な研究課題
・妊娠・授乳期の母親の栄養状態が子供に与える影響
・老化や老化性疾患を制御する食品開発
・日本食(和食)の健康有益性の解明

◆「食の寺子屋2016」申込書

ご参加人数(名)

●代表者お名前

●年齢/ご性別

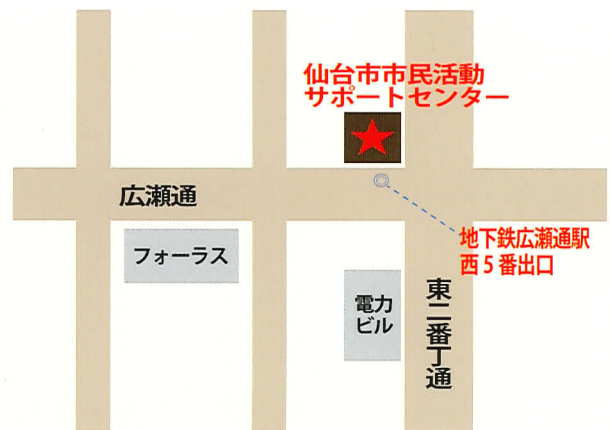
(歳/男性・女性)

●代表者ご住所 〒

●お電話番号

* ご同伴の方、お名前

※ご記入いただきましたお客様の個人情報は、今回の講演会へのお申込み確認以外で利用することはありません。



◆仙台市市民活動サポートセンター ☎022-212-3010
(地下鉄広瀬通駅西5番出口右側)

主催：せんだい食農交流ネットワーク(代表理事：斉藤緑里) / 公益財団法人 翠生農学振興会

後援：宮城県栄養士会