

食育健康サミット 2019 の開催について

2019 年 11 月吉日

公益社団法人 米穀安定供給確保支援機構

米穀機構では、公益社団法人 日本医師会と共催で、生活習慣病の予防・治療におけるごはんを主食とした日本型食生活の有用性等について、毎年、医師、管理栄養士等の方々を対象に、食育健康サミットを開催しており、本年度は、「人生 100 年時代の健康と栄養を考えるーフレイル予防対策における日本型食生活の役割」をテーマに、11 月 28 日（木）13：30 から東京・駒込の日本医師会館大講堂において開催いたします。

人生 100 年時代には、過栄養の改善だけでなく、高齢者の低栄養予防にも考慮した栄養管理が求められます。

日本人の壮年期以降の栄養状態は、過栄養と低栄養の二極化が進んでおり、人生 100 年時代を元気で乗り切るためには、健康長寿の基盤となる心身をつくっておく必要があります。

しかしながら、近年の超高齢社会は、低栄養障害によるフレイルが問題となり、栄養問題をより複雑にしているのが現状です。

本年度の食育健康サミットでは、フレイル予防を視野に入れて、個人の状態に合った適正な食事量と栄養バランスを整えることに焦点をあてて議論し、その中でごはんを主食とした日本型食生活の役割を、それぞれの分野の課題に精通する 4 人の専門家とともに討議します。

食育健康サミット 2019

「人生 100 年時代の健康と栄養を考えるーフレイル予防対策における日本型食生活の役割」をテーマに開催

◇日 時：11 月 28 日（木）13:30~17:00（開場・受付開始 13：00~）

◇会 場：日本医師会館 大講堂（東京都文京区本駒込 2-28-16）

◇座 長：神奈川県立保健福祉大学学長 中村 丁次

◇基調講演：健康長寿 鍵は“食”ー人生 100 年時代を元気で乗り切るためのフレイル予防
東京大学高齢社会総合研究機構教授 飯島 勝矢

◇講 演Ⅰ：日本国民の元気は食事からー食事量と栄養バランスを整える
千葉大学大学院医学研究院内分泌代謝・血液・老年内科学教授 横手 幸太郎

講 演Ⅱ：現状のエビデンスから見る糖質摂取のあり方ー健康長寿を目指して
慶應義塾大学スポーツ医学研究センター教授・所長 勝川 史憲

◇パネルディスカッション

テーマ：人生 100 年時代の健康と栄養を考えるーフレイル予防対策における日本型食生活の役割

パネリスト：

東京大学高齢社会総合研究機構教授 飯島 勝矢

慶應義塾大学スポーツ医学研究センター教授・所長 勝川 史憲

千葉大学大学院医学研究院内分泌代謝・血液・老年内科学教授 横手 幸太郎

(50 音順)