

食育健康サミット 2018の開催について

2018年10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、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、「健康長寿を迎えるための青・壮年期の健康管理と日本型食生活」をテーマに、11月15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。

健康日本 21(第2次)では、生活習慣及び社会環境の改善を通じて、全ての国民が共に支え合いながら希望や生きがいを持ち、ライフステージに応じて、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会を実現するための基本方針が示されています。

ライフステージの各段階は各々が独立して存在するのではなく、前の段階が次の段階を生み出し支えるなど、ある段階での生き方によっては次の段階の内容は大きく変わります。

「人生100年時代」を見据えつつ、社会生活を営むための身体機能等を妨げる運動器障害を減らし、がんや循環器疾患等の予防や、高齢化に伴う生活全般にわたる機能低下を遅らせます。これにより、できるだけ長く自立した日常生活を営めるよう健康寿命を延伸していくには、青・壮年期からの運動習慣や適正な食生活への改善が必要と考えられます。

しかしながら、青・壮年期は、多様で多忙な活動のためか、他の世代に比べて食事内容のアンバランスが顕著であり、朝食の欠食率も高率である等の課題も多いと考えられます。

本年度の食育健康サミットでは、健康寿命を延伸するために、青・壮年期における健康課題を、食生活の改善に焦点を当てて議論し、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5人の専門家とともに討議します。

食育健康サミット 2018

「健康長寿を迎えるための青・壮年期の健康管理と日本型食生活」をテーマに開催

◇日時：11月15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：帝京大学臨床研究センター センター長/寺本内科・歯科クリニック 内科院長
寺本民生

◇基調講演

- 講演Ⅰ 青・壮年期の健康課題と食事・運動—日本型食生活の医学的有用性を中心に—
日本医科大学名誉教授/複十字病院糖尿病・生活習慣病センター長 及川真一
- 講演Ⅱ 壮年期からのフレイル・サルコペニア予防における食生活の意義
桜美林大学老年学総合研究所 所長 鈴木隆雄
- 講演Ⅲ 壮年期女性の生活習慣と健康、特に日本型食生活の役割を中心に
女子栄養大学栄養学部 教授 武見ゆかり

◇パネルディスカッション

テーマ：「健康長寿を迎えるための青・壮年期の健康管理と日本型食生活」

パネリスト：

- 日本医科大学名誉教授/複十字病院糖尿病・生活習慣病センター長 及川真一
早稲田大学先進理工学部 教授/早稲田大学先端生命医科学センター長 柴田重信
- 桜美林大学老年学総合研究所 所長 鈴木隆雄
女子栄養大学栄養学部 教授 武見ゆかり

(50音順)

◇特別講演 時間栄養学の観点から考える上手な炭水化物の摂り方
早稲田大学先進理工学部 教授/早稲田大学先端生命医科学センター長

柴田重信