

一般財団法人キヤノン財団と一般社団法人和食文化国民会議の共催シンポジウム  
『和食と健康 2021 春～食の恵みで健康に賢い「食」を考える』

日本には四季ごとに旬の恵み、また海に囲まれた国ならではの食の恵みがあり、人々は古くから自然の様々な恵みを食事に取り入れ、豊かで健康的な和食を形成してきました。和食で多く利用される味噌や醤油などの麹発酵食品や魚介類に含まれる栄養成分は身体によいと評価されてきましたが、どのように私たちの健康に役立っているのでしょうか。コロナ禍で日頃からの健康維持の重要性が増しています。健康的な食につながる麹発酵食品と魚介類についての最新の研究内容を報告します。

日 時 : 2021年2月28日(日) 13時30分～16時25分  
会 場 : オンライン (ZOOMのウエビナー)  
参加費 : 無料 (定員 500名、先着順)

申込等詳細は以下ご参照ください。

<https://washokujapan.jp/symposium/>