



WEB配信講演

視聴には事前登録が必要です

※事前にお申込みいただいた方に
視聴用URLをお送りいたします

配信
期間

2022年

1月20日(木)

2022年

4月30日(土)

参加費無料(事前登録制)

参加対象 医師、管理栄養士・栄養士等

食育健康サミット2021

視聴申込
受付中

配信期間中は
いつでもお申込みが
できます

ポストコロナ 時代に向けた 新しい生活様式 の提言

～日本型食生活と運動を中心に～

新型コロナウイルス感染症との戦いが始まって1年半以上が経過。リモートワーク、テイクアウトといった「新しい生活様式」も定着しつつある一方、食生活の変化や、外出自粛、在宅勤務の増加に伴う運動不足による「コロナ太り」といった新たな問題が指摘されています。

今年度は、「新しい生活様式」が、生活習慣病やフレイルにどのような影響をおよぼしているのか、最新の実態調査をもとに検証するとともに、ポストコロナ時代を見据えて、いまから指導しておくべき生活の注意点、改善ポイントなどについて、食事、運動の両方の視点から考察していくなかで、ごはんを主食とした日本型食生活の意義、役割について考えます。

主催：公益社団法人 日本医師会 公益社団法人 米穀安定供給確保支援機構

プログラム・視聴申込の詳細については裏面をご参照ください。▶

座長：寺本 民生 先生 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

講演 1

コロナ禍における生活習慣病の実態 ～独自研究を踏まえて～

宇野 希世子 先生 帝京大学臨床研究センター 准教授 / 糖尿病内科兼任

コロナ禍の生活習慣病実態調査を実施中であり、食事についても炭水化物の影響を調査されており、これらの調査結果を踏まえバランスよく食べることの重要性を解説するとともに、日本型食生活についても言及する。

講演 2

中高年のメタボリックシンドローム、フレイル対策と運動の重要性

山田 陽介 先生 国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所身体活動研究部 特別研究員

コロナ禍の健康問題は、食事に加え身体活動の低下という因子なしで語ることは難しく、同研究所の最新の研究結果を交え身体活動低下のおよぼす影響や食事と運動の重要性を解説する。

講演 3

免疫力を高める食事とこれからの栄養・食生活のあり方

大塚 礼 先生 国立長寿医療研究センター老化疫学研究部 部長

新型コロナウイルス感染症の予防だけでなく、他の疾患ともあわせた免疫力アップの重要性やフレイル予防などについて、「食の多様性指標」を用い日本型食生活を例にバランスのよい食事について解説する。

クロージング

サミットまとめ

寺本 民生 先生 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

新型コロナウイルス感染症・生活習慣病・フレイルが互いに悪影響をおよぼし合うことや生活因子が大きく関係することなどを踏まえ、日本型食生活と運動の重要性を総括し、提言する。

各講演は40分間（講演30分+座長とのディスカッション10分）の予定です。

視聴申込受付中

(配信期間中はいつでもお申込みができます)

申込方法



<https://www.komenet.jp/>

米ネット

検索

公益社団法人 米穀安定供給確保支援機構
ウェブサイト(米ネット)内の下記バナーからも
お申込みが可能です。

食育健康サミット2021

お申込みは
コチラ



WEB配信講演

2022年
1月20日(木)

2022年
4月30日(土)

参加費無料
(事前登録制)