

(チラシ案)

大豆のはたらき in 大阪—人と地球を健康に—

日時:2023年10月28日(土) 午後1時30分~午後4時30分

会場:ホテル日航大阪 5階 鶴の間

(聴講無料)

〒542-0086 大阪府大阪市中央区西心斎橋1丁目3-3

大阪メトロ御堂筋線・長堀鶴見緑地線「心斎橋駅」⑧号出口に直結

1. 考古学と歴史学の観点から見た大豆の過去、そして現代

奈良県立橿原考古学研究所 特別指導研究員・京都大学名誉教授 稲村 達也

大豆は、食品としての栄養学的重要性に加え、マメ科作物に特有な根粒菌との共生による窒素固定能などの特性を有しています。このような特性を利用するために、人々はツルマメ（大豆の野生種）から大豆の栽培化を進めてきたとされています。しかし、大豆はその成分から遺跡などから出土する考古遺物として残りにくいとされています。そこで、考古学資料に加え、木簡・文献などの歴史史料から、アジアにおける大豆の栽培化と利用の過去を網羅的に解説します。そして、1961年の輸入自由化以降の大豆栽培の現状を大豆生産システムにおける生産性・安定性・持続性・扶養性から総括します。

2. 日本の家庭における大豆料理：今昔と未来

高崎健康福祉大学 特任教授 綾部 園子

今後、地球気候変動と人口増加による食料危機、特にたんぱく質危機が懸念され、ベジタリアンやヴィーガンも増える中、植物由来のたんぱく質源として大豆が注目されている。大豆は畑の肉といわれるほど栄養価が高く多様な機能成分があるが、栄養的な知識がない時代においても、滋養に富む食品として利用されてきた。家庭における大豆料理について昭和35年から45年ごろの家庭料理を収載した「伝え継ぐ日本の家庭料理」から紹介するとともに、現在の大豆料理の状況と、今後の大豆とその食品素材（粉末状大豆たん白、粒状大豆たん白など）の利用についても考えたい。これからも大豆の料理が伝え継がれていくとともに新しい使用法が広がることを願っている。

3. 現代社会におけるメンタルヘルスと食生活

九州大学大学院医学系研究科 教授 神野 尚三

現代社会は高度に情報化されており、これによって従来とは異なる心理的なストレスが生じていることが報告されている。この新たなストレスの増加に伴い、メンタルヘルスの悪化を訴える患者が増えていることも明らかになっている。一方、食生活がメンタルヘルスに与える影響についての研究が近年進んでいる。これらの研究により、大豆などに含まれるイソフラボンや食物繊維、魚介類に含まれるオメガ3脂肪酸などが中枢神経系に働きかけ、メンタルヘルスを改善する可能性があることが分かってきた。この講演では、メンタルヘルスと食生活について、分かりやすく説明したい。

主催 公益財団法人不二たん白質研究振興財団 運営委員長 京都大学 特任教授 裏出 令子

後援 農林水産省 文部科学省 大阪府 大阪市 (一社)栄養改善普及会 (一社)日本育種学会

(予定) (NPO)日本栄養改善学会 (公社)日本栄養・食糧学会 (公社)日本栄養士会 (一社)日本家政学会

(公社)日本食品科学工学会 (一社)日本植物蛋白食品協会 (一社)日本調理科学会

(公社)日本農芸化学会 (一社)日本臨床栄養学会 (公社)大阪府栄養士会

☆聴講のお申込みは・・・郵便番号・住所・お名前・電話番号を明記の上、ハガキまたは、当財団ホームページの講演会聴講申込専用 E-mail: kouen@fujifoundation.or.jp でお申し込み下さい。先着 200 名の方に聴講券をお送りいたします。

☆お送り頂いた皆様の個人情報は本講演会のご案内のみに使用いたします☆

★お申込受付は 2023 年 10 月 16 日(月) 必着とさせていただきます★

☆後日 Web でのアーカイブ公開も予定しております。詳細は決まり次第、ホームページでお知らせします。

お問い合わせ・申込先

公益財団法人 不二たん白質研究振興財団 担当:上田・橘・和根崎 〒598-0061 大阪府泉佐野市住吉町1番地

TEL・072-463-1764 ホームページ <https://www.fujifoundation.or.jp/lecture/>