

家族みんなで健康達人



キックオフ講演会 どなたでもご参加頂けます!

平成 28 年度農林水産省 健康な食生活を支える地域・産業づくり推進事業

健康生活の達人教室

参加費
無料

日時 **3月13日(月)** 13:30 ~ 16:30
(受付 13:00 ~)

場所 **信州大学 松本キャンパス**
地域保健推進センター 3階 多目的講義室

13:30~14:00 **開会の挨拶**
信州大学医学部 保健学科長・教授 **金井 誠**

「健康生活の達人教室」主旨説明
信州大学医学部 保健学科 准教授 **日高 宏哉**

14:00~15:00 ■ **記念講演(60分)**
「健康につながる食べ方とは」
料理研究家 **横山タカ子氏**

15:15~16:15 ■ **パネルディスカッション(60分)**
「大麦の魅力と付き合い方」

パネラー／長野県農業試験場 育種部長 **酒井 長雄氏** 料理研究家 **横山タカ子氏**
株式会社 はくばく 市場戦略本部 開発部 研究開発グループ **松岡 翼氏** 信州大学医学部 保健学科 准教授 **日高 宏哉**

モデレーター／信州大学 学術研究・産学官連携推進機構 産学官連携・地域総合戦略推進本部 長 **林 靖人**

16:20~16:30 **閉会の挨拶**

記念
講演

料理研究家
横山 タカ子氏

いろいろな食べ物があふれる中、何を選んで食べればいいのか。不安便乗商法や流行の食ではなく、長い間、歴史という「ふるい」にかけられながら、なお、残った郷土料理や行事食を「一汁三菜」に組み込む、本来の食事を考えます。



〈プロフィール〉

大町市生まれ。長野市在住。長年にわたり、信州の伝統食について、フィールドワークを含めた研究を重ね、地元の食材の良さを生かしたオリジナルレシピを考案。信越放送やNHKのテレビ・ラジオ番組、講演会などで、「健康と食」の啓発に努める。現在、県のおいしい信州ふード(風土)公使、伝統野菜認定委員長、観光振興審議会委員。松本および東京・青山のNHKカルチャーセンターや銀座NAGANOの各講師。これまでに、NHK関東甲信越地域放送文化賞、県知事表彰(産業功労者)を受けている。NHKのエテレ「きょうの料理」に出演中。また、信濃毎日新聞に「温故知くらし」を連載中。「作って楽しむ」シリーズ(信濃毎日新聞社)や「日本一の長寿ごはん」(東京・日東書院)、「信州の発酵食」(しなのぎ書房)など著書多数。

主催



医学部保健学科、学術研究・産学官連携推進機構