近年、「飽食の時代」、「食の西欧化」という言葉をしばしば耳にしますが、確かに自身の食生活を振り返ると一汁三菜の食事を摂る機会が減っていることを自覚します。健康第一をモット―に、お味噌汁に野菜を沢山入れたりと可能な限りで日本型食生活を実践したいと思っております。

さて、今回は文化に関する世論調査の結果について・和食会議 健康に良い「食」とは? の2項目をご紹介します。和食会議は参加申込締切がございますのでご注意ください。

【目次】

- 1. 文化庁 文化に関する世論調査の結果について
- 2. 和食会議 和食と健康 2021 初夏 健康に良い「食」とは?

1. 文化庁 文化に関する世論調査の結果について(令和2年度調査)

文化庁は、文化に関する国民の意識を把握し、今後の施策の参考とするとして、毎年調査を行っています。

この調査には、「郷土料理などの地域の食文化の継承・保存、体験機会の充実」など食文化に係る多くの質問があります。

この調査結果では、「Q20: どのようなジャンルを日本の文化芸術の魅力として諸外国に発信すべき」に対し、「伝統芸能」、「食文化」と回答した人の割合が、それぞれ 43.5% と最も高い結果となっています。

 $\underline{\text{https://www.bunka.go.jp/tokei_hakusho_shuppan/tokeichosa/pdf/93040901_01.pd}} f$

2. 和食会議 和食と健康 2021 初夏 健康に良い「食」とは?

戦後、わが国では「食」の西欧化が進んでいます。

その間に、平均寿命は延長し世界でも有数の長寿国となった半面、糖尿病などの生活習 慣病が著しく増加し、平均寿命と健康寿命の間には約 10 年の開きがあります。

和食会議では、健康寿命を延伸するための「食」とはいったいどのようなものなのか、 最新の研究内容を報告します。

開催日時:2021年6月20日(日) 14:00~16:00(開場 13:45)

会場:オンライン(zoom のウェビナー)

参加費:無料 (定員 500 名、先着順)

申込方法:参加申し込みはこちら https://washokujapan.jp/symposium/ 締切日: 2021 年 6 月 14 日 (月) ※但し定員になりましたら締め切ります。

プログラム

事務連絡 14:00~14:05 開催挨拶 14:05~14:15

- 一般社団法人和食文化国民会議 理事 調査研究部会長 中澤弥子
- 一般財団法人キヤノン財団 事務局長 清田慶子

研究発表 14:15~15:00

「健康に良い「食」と和食の関係」

稲垣 暢也 京都大学大学院医学研究科 糖尿病・内分泌・栄養内科学 教授 概要:健康寿命の延伸のためには、若い時には肥満やメタボリックシンドロームを予防するような「食」が重要ですが、高齢になるとフレイルやサルコペニアを予防するような「食」へのギアチェンジが必要となります。健康に良い「食」とは、そして「和食」の特徴と健康との関係について考えてみたいと思います。

休憩 15:00~15:10

発表者による討論会 15:10~15:55

コーディネータ 伏木 亨 一般社団法人和食文化国民会議代表理事・会長 閉会挨拶 15:55~16:00

問い合わせ先: 一般社団法人 和食文化国民会議 TEL・03-5817-4915

窓 口:北海道農政事務所 生産経営産業部 事業支援課

住 所:札幌市中央区南 22 条西 6 丁目 2-22 エムズ南 22 条第 2 ビル

電 話:011-330-8810 FAX:011-520-3063

<本省の Web サイト(和食文化ネットワーク)>

https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/network/main.html

<北海道農政事務所の Web サイト>

https://www.maff.go.jp/hokkaido/

くその他>

北海道農政事務所や農林水産省では、このほかにもメールマガジンを発行しております。 配信をご希望される方は、ご登録をお願いします。 ・北海道農政事務所メールマガジン

https://www.maff.go.jp/hokkaido/merumaga/index.html

本省メールマガジン

http://www.maff.go.jp/j/pr/e-mag/index.html