

### 3. 新たな時代にふさわしい「食と健康」に係るシンポジウム

#### (4) シンポジウム概要

##### 2) 第2部 パネルディスカッション



農林水産省は豊かな食生活を通じて楽しい生活を送ることに貢献するのが我々の仕事と認識しています。食は楽しい生活を作るだけでなく、健康をつくる基本です。一方、日本は健康長寿の国であるが、年々増加する社会保障経費は大きな課題となっています。そこで、最近明らかになってきた科学的知見や新たな取組から、食を通じた健康的な生活を実現し、財政負担軽減も貢献していくためのヒントをいただきたい。

#### 株式会社パソナグループ 代表取締役 グループ代表 南部靖之氏

60代後半となり今後20年、30年健康に生き続けたい、それから社員皆が健康に働くための環境とは何か、食について大きな観点から見つめてみたいと考えたことがきっかけで、韓国で食の勉強、体験を行った。その結果、「食を通じて健康な体を創る」や、「食による医療を創る」などの5箇条からなるNweMeal政策を立案し、事業化していきたいと考えている。

今後、健康ビジネスは大きな産業になる、その結果、財政負担も減っていけば経済も良くなる、自分、会社、社会全体の健康を実現していきたい。



#### 医療健康科学研究所 所長（医学博士） 信川 益明氏

「病気を診るのではなく人を診る」を理念に、患者の話を聞いて、症状の原因は何かを探ることを重視し、東洋医学と西洋医学により治療している。

健康食品の評価に関する研究を行い、サプリメントアドバイザースタッフ向けのGMP（適正製造規範）教育のツールを作成した。

ライフステージ、ライフスタイルに応じて食を考えることが重要である。また、SDGsの目的は「人の幸せ」。その実現に必要なのは健康生活、健康生活に必要なのは生存するために食べることが重要である。



### 3. 新たな時代にふさわしい「食と健康」に係るシンポジウム

#### (4) シンポジウム概要

##### 2) 第2部 パネルディスカッション

###### 尾畑酒造株式会社 専務取締役 尾畑 留美子氏

日本酒は日本の発酵食品の代表、味噌や醤油とともに日本の健康、長寿社会を長く支えてきた。

学校蔵は、廃校になった小学校を2つ目の酒蔵として運営しているもの。ここではセミナーなどを通じて、地域を考える取組も実施。

日本酒はそこにしかない素材を活かすのが特徴。お米だけでなく、地域の資源である 佐渡金山を活用して、熟成酒を作ったりしている。また、日本酒は生産地のルーツの語り部。ルーツを知ること、実際に食して「美味しい」につながり、「美味しい」は栄養に繋がったり、健康を形作るということ。このように、お酒造りを通じて、世界と地域をつなげ、長寿社会につなげていきたい。



###### 株式会社おいしい健康代表取締役CEO 野尻 哲也氏

人生百年時代を迎える中、健康の目的は単に長生きすることから、長い人生を楽しめるもの、前向きなものにとらえる基盤になるべきと考えている。誰もがいつまでも美味しく食べられる社会を作っていきたい。

多くの情報や研究をうまく活用して、個人で科学的な根拠に基づいた食をとるのはなかなか難しいので、その方の健康状態に適した食（レシピ）が検索されるという仕組みを作っている。日々の家庭のレシピから食事の栄養傾向を可視化し、その人の食事の傾向から必要な食（レシピ）を提案していきたい。

サービスをデジタルで提供し、多くのデータを基に吟味、分析していくと、ブラックボックスであった食生活がどうなっているかがわかる。このように、データを集積、解析していくことが、イノベーションにつながっていく。



### 3. 新たな時代にふさわしい「食と健康」に係るシンポジウム

#### (4) シンポジウム概要

##### 2) 第2部 パネルディスカッション

末松：農林水産省では、戦後はとにかく人々のお腹を満たすことを目的としてお米作りを推進しましたが、各地でいいものをつくろうという努力が行われた結果、現在では、様々な地域で美味しいお米づくりが行われ、尾畑さんの取組をはじめ、地域ごとに美味しいお酒、おいしい料理がある時代になったといえます。

さらに、野尻さんの取組のように、今では匠の技や知恵を科学の力で見える化し、データを蓄積してエビデンスをとり、サービスを生み出せる時代になりました。これらを組み合わせることで、地域の資源を活用し、日本の自然や地域に根ざしたものなど、日本の良さを生かしながら日本の食で健康を作ることができる時代であり、これを活かさない手はないと感じています。



司会：「見える化」というお話がありましたが、ユーザーに適したレシピ検索のサービスを提供されている野尻さん、実際にユーザーの方の動機や年代によって違いなどがあるのでしょうか？

野尻：動機はいろいろですが、皆さんまず何を食べていいかわからないところが不安なんですね。この栄養バランスが良いと言われても、実際に料理するとなると手が止まってしまうんです。そのためにレシピがあるのです。レシピの語源は「処方箋」、つまり料理はおいしいお薬ということですね。過去には、遠くに住む高齢のお父様のために料理を作って冷凍して送っているという娘さんがいました。料理には愛があることがわかります。私たちはそういったものを伝えていきたいと思います。年代と悩みによって変わってくると思いますが、年配の方のほうが手軽な料理を求められていて、若い人は工夫して楽しまれている傾向がありますね。

司会：自分の悩みを、アプリを通して調べて料理することで健康に繋がったり、料理することが楽しくなったり、自分の健康を肌で実感するきっかけになりますよね。

野尻：加齢や病気、子育てなど大変なときでも、美味しいもの食べるって幸せだなと感じられ、前向きになれる社会を作りたいです。

### 3. 新たな時代にふさわしい「食と健康」に係るシンポジウム

#### (4) シンポジウム概要

##### 2) 第2部 パネルディスカッション

南部：すごくありましたね。自分の健康に対する考え方が全く変わりました。これまで僕は人の声に惑わされていました。その原因は無知からくる不安であり、勉強することで解消できたのです。現在も体重維持ができており、知識を得たことでサステイナブルなライフスタイルを身に付けられたのです。

司会：無知がゆえに何から始めていいかがわからない、という方は多いと思います。  
ところで、尾畑さんは日頃から発酵食品の摂取を心がけているとのことですが、そのあたりはいかがでしょう。

尾畑：発酵と腐敗の違いは曖昧ですが、おいしいと感じるものが発酵で、体に害になるものが腐敗です。  
意外と人間はその違いを見極める力があると思うのです。でもやはり人はどこか健康に不安があるものです。  
皆様のお話を伺って、自分の健康を自分でコントロールできるという意識を持つことが健康長寿に繋がっていくと思いました。

司会：事務次官、いかがでしょうか？

末松：本当にそうだと思います。自分で何ができるかということを考えられる人が増えることが一番大切で、考えるための手助けや、考えて行動する際においしくていいものが日本に満ちている状態にしていくことが大切だと感じました。私たちは、何が健康にいいのかという最新の知見を教わりながら、国としてどう支援したら良いか考えていきたいと思っています。

また、南部代表から食と文化のお話がありましたが、食は健康とともに文化の面は非常に重要で、農林水産省では文化庁と連携して「食の文化」という面をさらにアピールしていきたいと考えています。

司会：一人一人の心がけで大きな変化に繋がっていくのだなと感じました。皆様最後に新たな時代の食と健康について伝えたいメッセージをお聞かせ願います。

尾畑：おいしいということが健康に直結する部分が大きいと思っております。そういった意味でも、日本酒は社会に大いに貢献できると思っております。



### 3. 新たな時代にふさわしい「食と健康」に係るシンポジウム

#### (4) シンポジウム概要

##### 2) 第2部 パネルディスカッション

野尻：食べ物を美味しくするという事は生きる知恵そのものだと思います。

社会が変わった今、食べすぎたり、特定のものを食べられない人もいます。その中で私たちはテクノロジーを使って誰もが自分にあった食事をとれるような世界を作っていきたいと思っております。

信川：新しい時代の食と健康には、「第三者認証」による食の安心・安全を確保することが第一であると思います。

国は第三者認証マークの広報活動に力を注いでいますが、その浸透のためには企業の方々の力が不可欠です。

そして消費者がその商品を購入することで循環していくのです。政府の行う課題解決に対して、消費者・国民が正しく理解して実施することが成功への鍵です。

つまり、消費者・国民の行動変容が求められているのだと思います。

南部：健康食といえばその心は精進料理にあり。

「精進料理や和食を見直しましょう」というのが僕の答えです。

司会：最後に今日のパネルディスカッションに関しまして、

末松様から総括して発言をお願いいたします。

末松：これから農林水産省を始め、関係省庁でも知恵を出し合い

ながら研究や検討を進めていきたいと考えています。

そして、本日ご議論、ご講演いただいた皆様の知見や新しい考え方に我々が追いついて実行できるようにしていきたいと思えます。本日は本当にありがとうございました。

