

野菜を食べよう—メタボ撲滅—シンポジウム 2010 開催要領

日 時 平成 22 年 8 月 31 日(火) [野菜の日] 13:00~17:00

会 場 ヤクルトホール 東京・港区東新橋 1-1-19
(交通: JR・地下鉄とも「新橋」下車、徒歩約 3 分)

主 催 社団法人 日本栄養士会

後 援 厚生労働省、農林水産省、メタボリックシンドローム撲滅委員会 (予定)

協 力 (独)農畜産業振興機構、全国農業協同組合連合会 (予定)

ねらい 近年、生活の多様化もあり、栄養摂取のアンバランス、過剰摂取等による生活習慣病が増加してきています。国では、平成 12(2000)年から「健康日本 21」に則り、21 世紀にすべての日本人が健やかで心豊かに生活できる社会を目指し、健康寿命の延伸と QOL の向上を図ることを目的として、活動を推進しています。

「健康日本 21」では、野菜の摂取量の目標値を 1 日 350 g 以上としています。平成 19(2007)年の中間評価で、策定時のベースライン値の 292 g より 25 g 減少し、267 g でした。野菜の摂取量の増加は、①エネルギー密度の低い野菜の摂取量を増加させることにより、肥満や糖尿病を予防する、②カリウム、食物繊維、抗酸化ビタミン類、各種抗がん成分等を増加することにより、脳卒中、高血圧、がんを予防する、③カルシウムの摂取量を増加させることにより、骨粗鬆症を予防する、こと等を目的としています。つまり、野菜の摂取量を増加させることが、生活習慣病全体の予防に大きくかわり、「健康日本 21」の重要な課題となっているのです。

食に関する専門職である「管理栄養士・栄養士」によって組織している日本栄養士会は、これら国民の食生活、栄養に起因する諸課題に適切に対応し、その技術・学術をもって、国民が健康で生き生きとした生活を過ごせるように努めることを社会的責務と考えています。

このため、日本栄養士会では、野菜の摂取量の増加に焦点を絞り、「野菜を食べよう—メタボ撲滅—」キャンペーン活動を展開しています。平成 22 年度は、8 月をこのキャンペーン活動の強化月間として活動を展開しますが、そのメインイベントとして昨年に引き続き、野菜の日である 8 月 31 日に、「野菜を食べよう—メタボ撲滅—シンポジウム」を開催します。

内 容

12:00 開 場

13:00~13:15 開 会・セレモニー

13:15~15:30 シンポジウム

(座長: 15分、講師: 30分×3名、総合討論: 30分)

座長: (社) 日本栄養士会会長

神奈川県立保健福祉大学保健福祉学部長・教授 中村丁次
「野菜による生活習慣病予防とアンチエイジング」

京都府立医科大学消化器内科教授 吉川敏一
「野菜はなぜレシピ本ではおいしくならないのか？～これがガッテン流・食育だ！～」

NHK科学・環境番組部専任ディレクター 北折 一
「野菜たっぷり 500kcal ヘルシーメニュー」

株式会社タニタ管理栄養士 宇野 薫

総合討論

15:50～16:30 野菜クイズ

フリーアナウンサー・栄養士・アクティブ野菜ソムリエ 中間由佳

17:00 閉会

展示・体験コーナー（12:00～13:00、15:30～17:00）

- 野菜の機能性に関する展示：「魔法の7色野菜」
- 350グラムってどれくらい？
- 管理栄養士による栄養相談・食生活相談コーナー
- 野菜に関するお土産：野菜関連商品、学術的資料

入場料 無料（事前申込制）

対象者 健康づくり、野菜に興味のある方、管理栄養士・栄養士 約500名

参加特典 参加者全員に“野菜に関する商品と資料”を差し上げます。

申込方法 8月26日(木) 必着でお申し込みください。

■オンラインでのお申し込み

日本栄養士会ホームページ <http://www.dietitian.or.jp/>内「野菜を食べようーメタボ撲滅ーシンポジウム」ページより、オンラインフォームに必要事項をご記入の上、お申し込みください。返信メールを入場券とさせていただきます。

■FAXでのお申し込み

専用の「FAX参加申込書」または、氏名・ふりがな・住所・電話番号・FAX番号・参加人数(1通につき3名まで。同伴者の方のお名前を明記。)をご記入のうえ、お申し込みください。後日、入場券をファクシミリでお送りいたします。

FAX受付番号：03-3295-5165

※参加の可否については、参加証の発送をもって通知にかえさせていただきます。

※個人情報参加証の送付、受付業務のみに利用いたします。

問合せ先 (社)日本栄養士会 野菜を食べようーメタボ撲滅ーシンポジウム 係

〒101-0051 千代田区神田神保町1-39

TEL：03-3295-5151 FAX：03-3295-5165

FAX：03-3295-5165

(社)日本栄養士会

「野菜を食べようーメタボ撲滅ーシンポジウム」係 行

下記シンポジウムへの参加を希望します。

「野菜を食べようーメタボ撲滅ーシンポジウム」

ふりがな			
氏名			
現住所	〒		
TEL		FAX	
同行者氏名 1			
同行者氏名 2			
参加人数	名 ※1回のお申し込みにつき、最大3名まで		
会員の有無	<input type="checkbox"/> 日本栄養士会会員 (会員番号) <input type="checkbox"/> 非会員		
「栄養相談・食生活 相談」希望の有無	<input type="checkbox"/> 希望する <input type="checkbox"/> 希望しない		

※後日入場券をファクシミリでお送りします。ファクシミリの番号を必ずご記入ください。

《 会場案内図 》

ヤクルトホール 東京都港区東新橋 1-1-19 Tel.03-3574-8920



- JR 新橋駅 徒歩3分
- 地下鉄 都営浅草線 新橋駅 1番出口 徒歩1分
都営大江戸線 汐留駅 徒歩5分
東京メトロ銀座線 新橋駅 2番出口 徒歩2分
- 新交通 ゆりかもめ 新橋駅 徒歩3分