



# 練馬区食育推進講演会 「次の世代に伝えたい和食」 ～子どもの頃にだしのうまみや伝統料理のおいしさを教える理由～ (事前お知らせ)

と き 2月15日(土) 午後2時から4時

ところ 区立生涯学習センター ホール(豊玉北6-8-1)

15日、区立生涯学習センターで、「次の世代に伝えたい和食」をテーマに「食育推進講演会」が開催される。

昨年12月に「和食」がユネスコの無形文化財に登録され、一汁三菜を基本とする食事スタイルや、正月などの年中行事とのかかわりなど、日本人の伝統的な食文化である「和食」が注目されている。しかし、世界から健康的な食事として評価される一方で、若者の和食離れが進んでいるとも言われており、次の世代に伝えていくことが課題になっている。

講師は京都大学大学院農学研究科教授の伏木亨(ふしきとおる)氏。

講演では、だし味を生かした日本の食事は、脂肪の多い料理に比べ、低いカロリーで十分な満足感・幸福感が得られるといった、栄養面での特徴を明らかにする。また、子どもたちにうま味とだしのおいしさを教える活動として、老舗京料理屋と京都市教育委員会が行っている、小学校における食育授業を紹介。「だしのうま味は後天的なもので、次世代に伝えるためには教育が必要」、「子どもの頃からうま味のあるだしや伝統料理のおいしさを教える必要がある」ということについて、事例を交えながら説明する。

来場者には、区で作成した食育実践ハンドブック「野菜とれとれ! 1日5とれとれ! ~次の世代に伝えたい、野菜たっぷりの健康的な食生活~」が配付される。

平成25年度食育推進講演会  
子どもの頃にだしのうまみや伝統料理のおいしさを教える理由  
和食  
次の世代に伝えたい

〈講師〉 京都大学大学院農学研究科教授 伏木 亨 ふしき とおる  
京都大学農学部、同大学院を経て、94年より京都大学大学院農学研究科教授、専門は食品・栄養化学、日本栄養・食糧学会評議員、日本食育学会会長、日本料理アカデミー理事、第13回食育推進賞、2009年日本栄養・食糧学会賞受賞。

日時:平成26年2月15日(土) 午後2時~4時  
場所:練馬区生涯学習センター 定員250名(先着順)

配布し込み方法: 電話、ファックスは対象で下記の申込先までお申し込みください。  
◆電話: 03-5984-4679 ◆ファックス: 03-5984-1211 ◆郵送: 〒177-8501 練馬豊玉北6-12-1  
区健康推進課健康推進担当係(受付時間: 平日9時~17時)  
区健康推進課健康推進担当係(受付時間: 平日9時~17時)  
区健康推進課健康推進担当係(受付時間: 平日9時~17時)  
区健康推進課健康推進担当係(受付時間: 平日9時~17時)  
区健康推進課健康推進担当係(受付時間: 平日9時~17時)  
区健康推進課健康推進担当係(受付時間: 平日9時~17時)

チラシ



## 【講師の紹介】

伏木 亨(ふしきとおる)

京都大学大学院農学研究科教授。専門は食品・栄養化学で、食嗜好、味覚の研究者として、日本栄養・食料学会評議員、日本香辛料研究会会長、日本料理アカデミー理事などを歴任。現在は、厚生労働省の「日本人の長寿を支える健康な食事のあり方に関する検討会の構成員をしている。

## 【申し込み方法】

①講演会申し込みの旨②氏名③住所④電話番号⑤人数について、健康推進課栄養指導担当係へ電話またはFAXで申し込む。

電話: 03-5984-4679

FAX: 03-5984-1211

【問い合わせ】 健康部健康推進課栄養指導担当係 電話03-5984-4679