



当日の動画はこちらから



(全体的) (ダイジェスト版)

# Close Up

新たな時代の「食と健康」シンポジウム  
主催：農林水産省、運営：パノナ農振隊

## さまざまなあり方が考えられる これからの時代に必要とされる食と健康



一般社団法人メディカルライ  
ス協会理事長であり、医学  
博士でもある渡邊純氏。「未  
来の食と健康のあり方」を  
テーマに基調講演を行った。

**正しい食の情報発信し  
健康づくりの重要性を啓発**

人生100年時代に向けて、日本では食を過した健康な社会の実現が叫ばれている。そこで農林水産省が主催し、農業分野での人材育成事業などを行っているパノナ農振隊が運営したのが、「新たな時代の「食と健康」シンポジウム」である。有識者や実践者の知見を共有し、これからの時代における食と健康のあり方を考えるきっかけとして大きな注目を集めた。

第一部の基調講演では、一般社団法人メディカルライスを協会理事長兼医学博士の渡邊純氏、国立研究開発法人農業・食品産業技術総合研究機構、ヘルスケア創出研究機構の山本前田 万里氏、国立研究開発法人産業技術総合研究所 上級主任研究員、フレッドメディスンネットワーク代表の野尻典子氏が登壇。

渡邊氏は「未来の食と健康のあり方」と題し、食の機能表示をわかりやすくするために、肉や卵にたんぱく質、脂質、脂質、抗酸化能を4色で示した「フードアイコン」を提案。また、免疫力を高く保つことのできる玄米に着目し、メディカルライスを協会を提案しては、「胃腸病患者へ向けた低たんぱく食を開発し、臨床試験の段階ま

で進んでいる」と報告した。

山本(前田)氏は、「食によるヘルスケア産業の創出」をテーマに、未病段階のセルフケアから治療や重症化予防までがつながった社会システムの必要性を訴求。個人から得られるビッグデータを活用し、ケム情報や生化学的データを環境・生活習慣情報と統合・解析することで個別化・個別化されたヘルスケア産業サービスの展開について言及した。これからは健康・維持推進のための食生活を、個人がビッグデータから選択し、健康維持社会を実現することを目指すと、抱負を語った。

氏は「腸内細菌と体に優しい発酵食品をテーマに腸内細菌と体に優しい発酵食品を専門とする氏は、発酵食品が人間の免疫機能や腸内細菌にもたらす効果が、この20年で劇的に解明されてきたことを説明した。そして、この取り組みが健康長寿といった栄養保健がベイスとなる医療につながるべく、この取り組みを強調。「私たちは、歴史や風土に根付いた食文化を科学的なエビ



国立研究開発法人産業技術総合研究所 上級主任研究員、フレッドメディスンネットワーク代表の野尻典子氏は、発酵食品の食文化に期待を寄せる。  
農林水産省 食品産業技術総合研究機構、ヘルスケア創出研究機構の山本(前田)万里氏。

デンスに基づいて解釈し、フィードバックすることで豊かな暮らしを提案している」と、フレッドメディスンネットワークのこれから活動について話した。

### 健康をコントロールする 意識を持つことが重要

第二部では尾道造酒株式会社専務取締役の尾道留美子氏、農林水産省事務次官の末松広行氏、株式会社おいしい健康代表取締役CEOの野尻典子氏、医療健康科学研究所所長 医学博士の信川益明氏、株式会社パノナグループ代表取締役グループ代表の南藤謙之氏が登壇。食と健康に関するパネルディスカッションを行った。

最初に末松氏が「今は匠の技や知恵を科学の力で見える化でき、そのデータを適用しているものをつくり出すことができる。しかも日本の食で健康を生み出せる。いい時代」と現状を分析。例えば、栄養バランスに優れた料理はレシビ化され、スマートフォンで検索すれば誰にでもアプローチすることができると、自分で調べて料理することと健康につながるなど、料理は健康意識するきっかけになることを挙げ、野尻氏は「レシビの標準化は、処方箋。なので、つまり料理はおしい薬だ」と、おしいものを食べるって幸せだとなって得られる社会をつくりたい」と言葉を綴った。

二週間にわたって健康改善に取り組みしてきた南藤氏からは、次のようなコメントが得られた。「健康は、対する考え方が大きく変わった。今までは他人のせいだと思われてきたのは無知から来不安があったため。健康することでその不安から解放され、サス



パネリストディスカッションに  
登壇した尾道造酒株式  
社専務取締役の尾道留  
美子氏(右)。医療健康  
科学研究所所長(左)の  
信川益明氏(右)、株式  
会社おいしい健康代表  
取締役CEOの野尻典子  
氏(右)。

ティナフルなライフスタイルを意識するようになった」とのこと。この無知によって何から始めていいかわからないという点について、信川氏は「簡単にできることは、自分の好きな食べ物を周囲の人たちに伝えること」と助言。周囲の人たちがおもしろいと感じた瞬間、幸せに満ちた空間になると指摘した。

日頃から発酵食品の摂取を心掛けている尾道氏は「発酵と酸敗は似ているが、おいしいと感じるものが発酵で、体に害になるものが酸敗。人間にはその違いを見極める力があり、自分の健康を自分でコントロールする意識を持つことが重要」と発言。これを挙げて、末松氏は「自分には何ができるのかを考えると、人が増えることが求められる。政府は農林水産省文化庁が一掃に、食の文化に焦点を当て、新たな組織をつくって活動する予定」と求めた。

最後に登壇者たちに感謝を求めたところ、尾道氏は「おしい」という感覚は健康に直結し、食事をよりおしいとする日本酒は健康にも貢献する」と、野尻氏は「食べ物を

いしくするということが生きていく知恵そのもの。テクノロジーで誰もが自分に合った食事ができる世界をつくらなければならない」と強調。信川氏は「新しい時代の食と健康には、第三者監理による食の安心・安全を確保すること、大規模な消費者向け食品を購入すること、消費者が選ぶべき食品を購入すること、調理するの、消費は正しい理解を求めなければいけない」と答えた。一方で南藤氏は「健康食といえは、その心は精進料理にある。ぜひ精進料理や和食を見直しましょう」と、新たな提案を行った。そして、最後に末松氏からは「これから政府は研究や検討を進めていくが、今日お話ししていた方々の新しい考え方に政府が追いついて実行できることにしたい」とディスカッションを締めくくった。

食と健康について改めて考えるきっかけとなった今回のシンポジウム。多々の人たちの実践を取り組みを促進させる。確信しになることが期待される。尚、本シンポジウムの模様は、農林水産省のYouTubeチャンネル「maifichannel」で公開されている。



株式会社パノナグループ代表取締役グループ代表の南藤謙之氏(右)と、農林水産省事務次官の末松広行氏(左)。「健康から一人ひとりが、食について考える習慣を身につけることができればいい」と末松氏。