



健康長寿食研究の第一人者「Dr. 家森」のお話と

ポートピアホテル 総料理長 岸本貴彦プロデュースの長寿食ランチを味わう

ドクター やもり

Dr.家森と楽しむ 世界の健康長寿食



2019年 3月19日(火) 11:00a.m. ~ 1:30p.m.

場 所：ポートピアホテル 本館B1F 布引北野の間

料 金：お1人さま **¥3,500** (お料理代、税・サービス料込) ※料理代金は、事前にお振込みとなります

対象者：健康ひょうご21県民運動健康づくり推進員、一般の方 【 事前ご予約制・先着 60名さま 】

第1部

講演会「ハワイの日系人が長寿を先取りしたお料理とは？」

～ ポリネシア風の食べ方上手！～

かつて日本一の長寿であった沖縄からブラジルに移住された方は、日本に住んでいる方より17年も短命に…！一方ハワイに移住した日本人は、1980年代に世界の長寿ナンバーワンに…！
いったいどうしてでしょうか？長寿は遺伝で決まっていけないのです。

明日の健康を決める上手な食べ方のお話をいたします。

講師 **家森 幸男** (やもり ゆきお) 氏

(公財) 兵庫県健康財団 会長、 健康ひょうご21県民運動推進会議 会長
京都大学・島根医科大学 名誉教授、武庫川女子大学国際健康開発研究所 所長

高血圧の成因の研究から脳卒中ラットの開発に成功し、脳卒中が栄養で予防できることを証明。以来、健康長寿の秘訣を探るため、世界25カ国61地域を、20余年を費やして調査し、大豆や魚介類を常食としている地域では、生活習慣病のリスクが少ないことを明らかにした。



第2部

ランチタイム 「ポリネシアンの長寿食を楽しもう」

ポートピアホテル総料理長 岸本貴彦による「ポリネシアンの長寿食ランチ」
総料理長と管理栄養士によるお料理のヘルシーポイント解説や調理アドバイス付き！



お食事内容：オードブル/スープ/メイン料理/デザート/コーヒー

当日のメニューのレシピをプレゼント！



ポートピアホテル
総料理長 岸本 貴彦

写真はイメージです

主催：健康ひょうご21県民運動推進会議

共催：公益財団法人 兵庫県健康財団 / 株式会社 神戸ポートピアホテル

協賛：伊藤ハム(株)・大塚製薬(株)・カゴメ(株)・フジッコ(株)・UCCホールディングス(株) (50音順)

ポートピアホテル イベント係 Tel. **078-302-1117** (直通) (受付時間 10:00a.m.~6:00p.m.)

お申込みはお電話で！

〒650-0046 兵庫県神戸市中央区港島中町6-10-1

神戸ポートピアホテル

