

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

2026年 10月29日(木) 11:00～13:30 (受付)10:30～

場 所: ポートピアホテル 南館4F レヴァンテ

料 金: ￥5,500 (お料理代、税金・サービス料込)

※イベント代金は、事前にお振込みとなります。

別途チケット発券の手数料として、1件につき￥700 頂戴いたします。

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

9/7(月)10:00～

WEB・電話発売

【事前ご予約制・先着 80名さま】

第1部

講演会「日本の女性が平均寿命世界一になって40年 ーゲノムを越える栄養の力に期待」

海の幸、山の恵みの多彩な食材を上手に食べてみんなが楽しんでいたハワイ在住の沖縄県人会の人々は1980年代に世界一の長寿になりました。

「食はバランス ごはん 大豆と減塩で元気なひょうご」をキャッチフレーズに“健康ひょうご21県民運動”を始めて4半世紀になり、その成果を世界の長寿地域の上質な食べ方から学んで生かし、生涯元気に生きられるよう、みんなで健康寿命を延ばしましょう。

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・武庫川女子大学 名誉教授



高血圧の成因の研究から脳卒中を遺伝的におこすラットを開発し、脳卒中が栄養で予防できることを証明。健康長寿の秘訣を探るため、世界25カ国61地域を40年かけて、まる1日の尿を集めて健診し、大豆や魚介類、多くの野菜・果物・乳製品を適量で食べ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「世界の長寿食紀行 ～健康寿命を延ばす美味しい旅～」

世界の長寿地域の食文化から学び、健康寿命を延ばす食の知恵を一皿に。

世界各地の長寿食をヒントに、ポートピアホテル総料理長 岸本貴彦がプロデュースするオリジナルランチをお楽しみください。

総料理長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！



イメージ写真

<お食事内容> レシピのプレゼント付き!!

世界の長寿食をテーマにしたオリジナルランチ

～ オードブル / スープ / メイン料理 / デザート / 食後のお飲みもの ～

※ 栄養価の関係上、お食事内容の変更はいたしかねます



総料理長 岸本 貴彦

♡ ピンクリボンキャンペーン ♡ ～10月はピンクリボン月間です～

ピンクリボン運動は乳がんに対する正しい知識の普及と、乳がんで命を落とす方が一人でも減るよう、乳がん検診の大切さを啓発する運動です。当日は、パネル展示・乳がん触診モデル体験などを行っていますので是非お立ち寄りください。

このピンクリボン活動は高室池ゴルフ倶楽部様にご協賛いただいております。

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 : フジッコ株式会社(50音順)

WEB予約はこちらから→



イベント係 TEL 078-302-1117(直通)

(受付時間 10:00～18:00)

〒650-0046 兵庫県神戸市中央区港島中町6-10-1

お申込みは WEBまたはお電話で！

ポートピアホテル