

## みえの食フォーラムを開催しました。

みえの食フォーラム「平成25年度三重県栄養改善大会」

多くの皆様のご参加をいただき、ありがとうございました。

日時 平成26年3月4日(火)10時30分～15時30分(開場10時)  
会場 三重県総合文化センター 中ホール(三重県津市上津部田 1234)  
参加者数 570名

### 開催趣旨

#### ～健康寿命を延ばす スマートライフな食べ方～

生涯にわたっていきいきと暮らしていくためには、何よりも毎日の食が重要です。ところが、現在、食環境の変化に伴い私達の食行動は大きく変化し、栄養の偏りや不規則な食事、肥満ややせすぎ、糖尿病などの生活習慣病の増加で、さまざまな健康課題を引き起こしています。また、日々のあらゆるストレスに心が疲れやすくなっています。

そこで、今年度は生活習慣病の予防やがん予防の観点から、健康寿命を延ばすスマートライフな食べ方をテーマに開催しました。



### プログラム

10時30分 開会

挨拶 三重県副知事 植田 隆



公益社団法人三重県栄養士会長  
井後福美



栄養関係功労者知事表彰式



11時10分 教育講演「わかっちゃいるけど変えられない人へ」  
～行動変容を促すアプローチの実際～

講師 神奈川県立保健福祉大学  
准教授 佐野 喜子 氏

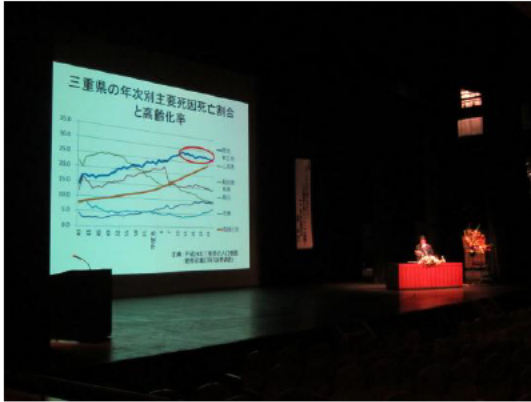


★ 講演を聴いている方も考えながら…、今後の実践に活かします。

12時30分 昼食・休憩

13時30分 行政説明「三重県のがん予防」

講師 三重県健康福祉部医療対策局健康づくり課  
技師 大川 真弘



★「三重県のがん予防」について、現状をお話させていただきました。今後ご理解、ご協力をお願いします。



13時50分 特別講演「こどもからはじまるがん予防」

講師 三重大学医学部附属病院 病院長顧問 田島 和雄氏

★ がん予防の最新の知見について お話いただきました。食もがんに深く関係があることがよくわかりました。



15時30分 閉会





【ホワイエ】10時00分～15時30分

- 公益社団法人三重県栄養士会：体組成・血流測定・野菜の計量クイズ
- 三重県食生活改善推進連絡協議会：ヘルシー料理の展示とレシピ配布
- 公益社団法人三重県農林水産支援センター：三重の安心食材の販売展示
- 三重県農業研究所・三重県農林水産部フードイノベーション課：  
生活習慣病予防食に係わる展示等
- 松阪飯南森林組合：はたけしめじの試食・販売・パネル展示
- 三重県海水養魚協議会
- 三重県人権センター：展示・アンケート等

