



オンラインセミナー

「Dr.Misoの免疫力を高める味噌汁活用法」

人の健康は腸内環境に影響される。人の消化管内には数百種類の腸内細菌が生息しており、腸内細菌叢や腸内環境が健康増進や生活習慣病の発症に関与している。特に昨年度来の新型コロナウイルス感染拡大の影響により、腸内環境と免疫の関係について関心が高まっている。

本セミナーでは、疾病の予防と治療に長年携わってこられた関先生に、腸内環境と食事の関係についてお話を頂く。特に腸内環境と発酵食品の関係、中でも味噌が腸内環境を整えるうえで有効である事について解説をして頂く。味噌汁を使ったファスティングの説明をして頂きながら、免疫力を高める味噌汁の活用法について講演をして頂く。

開催日時：令和2年11月25日（水）13:30～15:00

開催形式：Zoomウェビナーによるオンラインセミナー

参加費：無料（事前登録制 先着100名）

内容：

●開会挨拶（13:30～13:40） NPO法人中四国アグリテック 理事長 神崎 浩 氏

●セミナー（13:40～14:40）

「Dr.Misoの免疫力を高める味噌汁活用法」

内科医、味噌ソムリエ、野菜ソムリエ、メディカルフード研究家 関 由佳 氏

関由佳先生プロフィール

専門は予防医学、栄養療法。学生時代から予防医学に興味があり、野菜を多く使った料理を得意とし野菜ソムリエの資格を取得。同時期にアメリカのZONEダイエットに出会い、食事で血糖値をコントロールする方法を学び、ダイエット外来や糖尿病治療にそのメソッドを応用しオーダーメイドの栄養指導や「ゆるゆる糖質オフダイエット」（主婦の友社）を出版。2013年にNYの料理専門学校に留学しChef's Trainingディプロマ取得、その後約半年間ミシュラン星つきレストランや精進料理店などでインターン後帰国。現在は岡山大学大学院で腸内環境と発酵豆の研究をしながら、オンラインで21 days challenge programの監修医師を担当。NYで味噌の魅力を再発見し味噌ソムリエ取得、メディカルフード料理研究家としても活動している。近著は「みるみる痩せる!味噌汁ダイエット」（宝島社）。NYの料理学校でアーユルヴェーダに触れ、帰国後Traditional Ayurveda Japanにてファンダメンタルコース修了。南インドのアーユルヴェーダ治療院を訪れ、本場のアーユルヴェーダを学ぶ。



●個別相談（14:40～15:00）コーディネーターによるオンラインによる相談

（ご希望の方は申込時にお知らせください）

参加方法とお願い

- 1) アグリテックのホームページより「申込フォーム」にてお申し込みください。
- 2) セミナー前日までにZoomの招待メールをお送りします。
- 3) セミナー当日は10分前までにログインをお願いします。
- 4) 講師への質問はチャットをご活用ください。（詳細は招待メールにてお知らせします）

※Zoom接続に関わるインターネット通信料は各自ご負担頂けますようお願いいたします。

※あらかじめ最新版のZoomアプリのインストールをお願いします。

【お問合せ】中四国アグリテック事務局 email:agri-tech2007@dune.ocn.ne.jp TEL:086-237-3340

主 催：農林水産省 農林水産技術会議事務局 研究推進課産学連携室

NPO法人中国四国農林水産・食品先進技術研究会(略称:中四国アグリテック)

共 催：中国学園大学

後 援：公益社団法人 農林水産・食品産業技術振興協会（JATAFF）