

二月例会 御案内 (平成二十九年・通算第三六一回)

時代を刷新する会

○ 御案内

二月十七日(金) 正午～午後二時半 衆議院第一議員会館 地下一階・第五会議室
議題 日本人に合う健康長寿の食生活とは?
講師 奥田昌子先生(医学博士、内科医、大手化学メーカーの産業医ほか)

◎

日本は世界有数の高齢社会となり、高齢者はもちろん国民全体が、いかに健康で長生きするかが、大きな関心事となっております。テレビ・新聞・雑誌にはその食品やノウハウの広告や記事が溢れており、国民はどれも思われ、それを追いついていくのが現状です。糖尿病の砂糖は以前から言われているものとして、「塩は高血圧のもと、徹底減塩」「糖のために必ず牛乳」などがあり、近年は、「動物油よりオリブオイルをはじめとする植物油を」「コーヒは何杯飲んでもよい」「お酒飲むなら赤ワイン」「肉よりも魚」「南洋のようにバナナを食べていけば大丈夫」等々、世間でいろいろと推奨されております。これに対して、最近、奥田昌子先生が、各民族の食生活・生活習慣の遺伝子から、民族によって異なることを論証して、前掲のような各提案を否定され、「日本人の体質」にあった食事・食生活、また、高齢者にとってよい食事内容を提唱しておられますので、お話しいただきます。会員皆様の健康・長寿の御参考になると思われます。奮っての御参加、お待ち申し上げます。(清原記)

□ 当日会費 四千円(昼食費・発送諸経費) 二月十五日(水)までに出席の御連絡賜りたく

時代を刷新する会 当日連絡先 080-8836-6203 重田

二月十七日(金)の月例会に (通話のみ) 080-9292-2620 高津

出席 欠席 (いずれかに○印を) <http://www.jidaisasshin.jp>

電話 03-3272-4320
FAX 03-3507-8587

御芳名

貴方様の FAX

メール