

日医発第1108号（総務）
令和6年9月27日

都道府県医師会長 殿

公益社団法人 日本医師会
会長 松本吉郎
（公印省略）

令和6年度「食育健康サミット」のご案内

拝啓 平素は本会会務運営に格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、本会では、平成2年度より公益社団法人米穀安定供給確保支援機構との共催で、食育の推進に資することを目的とした「食育健康サミット」を開催しております。

今年度は、「**健康寿命延伸に向けたアプローチ～高齢期をいきいきと過ごすための食事と運動～**」をテーマに開催し、別紙実施概要案にある通り、専門家の方々からご講演いただいた模様を、12月4日（水）から来年2月28日（金）まで配信する予定としております（視聴無料・要申込）。

その他、詳しい内容は米穀安定供給確保支援機構のウェブサイト（米ネット <https://www.komenet.jp/> 内「食育健康サミット2024」バナー（10月15日（火）掲載））、または、日医雑誌（令和6年11月号）に同封予定のチラシにてご確認いただけます。

配信期間終了後には、例年通り講演内容を基にした冊子を作成の上、貴会分として200冊をお送りするほか、日医雑誌（令和7年4月号）にも同封予定としております。

以上、今年度サミットの配信についてご承知置きくださいますとともに、貴会管内郡市区等医師会等への周知方について、ご協力いただけますと幸いです。よろしくお願い申し上げます。

敬具

令和6年度「食育健康サミット」の実施概要（案）

1 趣旨

「食育健康サミット」は、食育の推進及び生活習慣病の予防・治療の視点から、生活習慣、特に食生活について、医学、栄養学の専門家の方々に論議していただき、全国の医師、管理栄養士等に対して、ごはんを主食とした日本型食生活の有用性等への理解・実践を促し、一般消費者・生活者に広く普及・啓発することを目的とする。

2 本年度のテーマ

「健康寿命延伸に向けたアプローチ～高齢期をいきいきと過ごすための食事と運動～」

メタボリックシンドロームや生活習慣病などの予防には、生活習慣の見直しと継続が重要であり、社会全体の課題として、生活習慣の改善に向けた取組み、支援等が推進されてきた。本サミットでも、これまで、こうしたテーマに基づくシンポジウムを開催してきたが、令和4年度からは、あらためて、ライフステージにフォーカスし、それぞれの健康課題と対策を提案し、健康寿命延伸について考える機会を提供する取組を実施しており、第1弾は「生活習慣病を中心としたミドル世代の健康マネジメント」をテーマに働き盛りのミドル世代を、第2弾は「“将来の自分”を意識した生活習慣の重要性」をテーマに小児期から若年期を取り上げたところである。

本年度は第3弾として、「健康寿命延伸に向けたアプローチ～高齢期をいきいきと過ごすための食事と運動～」をテーマに、高齢者の健康課題に焦点を当てて、その具体的な方策について考えていきたい。

本年度(令和6年度)からスタートした「21世紀における第三次国民健康づくり運動<健康日本21(第三次)>」では、4つの基本的な方向のひとつとして、「ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり」が掲げられ、健康寿命延伸のために各ライフステージに特有の健康づくりについて引き続き取り組むこととしている。とくに高齢期については、「低栄養傾向の高齢者の減少」、「ロコモティブシンドロームの減少」、「社会活動を行っている高齢者の増加」が目標として設定されている。なかでも、低栄養状態はフレイル・サルコペニアをはじめとする様々な疾患の引き金となり、要介護状態の原因にもなることから、高齢者の食事指導等、栄養の課題に向けた取組は急務となっている。

そこで本シンポジウムでは、「高齢者の健康課題」に焦点を当てる一方、これまでの集大成として、健康寿命の延伸に向けた具体的な対策として、フレイルやサルコペニア予防とその背後にある「低栄養」の問題と日本型食生活の意義と活用法等を含めた栄養改善を取り上げるとともに、健康寿命延伸の両輪となる運動についても取り上げ、疾患、栄養、運動の専門家からアドバイスいただきながら、健やかな健康習慣を身につけ健康寿命を延ばすためには、どのような指導・普及支援等を行えばよいのかについて、医学的・栄養学的に考察することとする。

3 開催時期等

- (1) 収録日時 令和6年11月14日(木) 11:30～16:30(予定)
- 配信期間 令和6年12月4日～令和7年2月28日
- (2) 収録会場 日本医師会館 小講堂 東京都文京区本駒込2-28-16
- (3) 主催(予定) 公益社団法人 日本医師会 公益社団法人 米穀安定供給確保支援機構
- (4) 対象者 医師、管理栄養士、保健師、栄養・食事指導担当者等
- (5) 後援(予定) 農林水産省 公益社団法人日本栄養士会 一般社団法人日本血栓止血学会
特定非営利活動法人日本高血圧学会 一般社団法人日本サルコペニア・フレイル学会
一般社団法人日本循環器学会 一般社団法人日本心臓病学会
一般社団法人日本腎臓学会 一般社団法人日本糖尿病学会
一般社団法人日本動脈硬化学会 一般社団法人日本内科学会
一般社団法人日本脳卒中学会 一般社団法人日本肥満学会
一般社団法人 日本老年医学会 特定非営利活動法人日本栄養改善学会
公益社団法人日本栄養・食糧学会 一般社団法人日本臨床栄養学会

4 参加証等（予定）

日本栄養士会生涯教育単位 実務研修 全分野共通（90-110） 講義1単位

5 シンポジウムの概要（予定）

（敬称略）

オンライン開催（事前収録によるオンデマンド配信とする）

講演は4演題（1講演30分とし、その後座長とのディスカッション10分）

◇◇◇◇◇◇

主催者挨拶

公益社団法人 日本医師会

座長 帝京大学臨床研究センター センター長

寺本内科・歯科クリニック 内科院長

寺 本 民 生

基調講演

「日本食と健康長寿」

東北大学 名誉教授

東北大学大学院医学系研究科公衆衛生学分野 客員教授

辻 一 郎

講演1

「高齢期の健康課題と栄養療法の重要性」

東京都健康長寿医療センター糖尿病・代謝・内分泌内科 フレイル予防センター長

荒 木 厚

講演2

「フレイル・サルコペニア対策のための運動と食事」

筑波大学人間系 教授

山 田 実

講演3

「人生100年時代の栄養～高齢者は何をどう食べればよいのか？」

札幌保健医療大学大学院 教授

大妻女子大学 特任教授

川 口 美 喜 子

クロージング：まとめ

「健やかな高齢期のためにいまできること」

帝京大学臨床研究センター センター長

寺本内科・歯科クリニック 内科院長

寺 本 民 生

主催者挨拶

公益社団法人 米穀安定供給確保支援機構

6 シンポジウムのフォローアップ

本シンポジウムの内容を、新聞等マス媒体やインターネット、消費者向けパンフレット等を活用して、国民への浸透を図ることとする。

【参考】これまでのテーマ

- 平成2年度 「日本人の食と健康を考える」
平成3年度 「21世紀の子供達のためにー妊娠中の食生活と乳幼児の食事」
平成4年度 「成人病予防と食生活」
平成5年度 「成人病と食事処方」
平成6年度 「成人病と食事処方Ⅱ」
平成7年度 「子供の健康のための食事処方」
平成8年度 「女性の疾病と食事処方」
平成9年度 「女性の疾病と食事処方Ⅱ」
平成10年度 「米食と生活習慣病 特に糖尿病の予防と食事処方」
平成11年度 「生活習慣病と肥満 ～最近の考え方と米食の意義・役割」
平成12年度 「ごはん食で生活習慣病の予防を！ー各世代のQOLの向上をめざして」
平成13年度 「子どもの健康とごはん食の役割」
平成14年度 「生活習慣病の早期予防とごはん食～医学、栄養学、食文化から～」
平成15年度 「中高年の健康マネジメント～高齢社会におけるQOLの向上とごはん食の役割」
平成16年度 「生活習慣病の予防ーごはん食を見直す」
平成17年度 「生活習慣病予防とごはん食の役割」
平成18年度 「生活習慣病予防とごはんを主食とした日本型食生活の意義」
平成19年度 「動脈硬化性疾患の予防と日本型食生活」
平成20年度 「メタボリックシンドロームの予防と日本型食生活の意義
～特定健診・特定保健指導を見据えて」
平成21年度 「糖尿病の予防・改善と日本型食生活の意義」
平成22年度 「メタボリックシンドロームの科学とその対策
ー飽食時代の生活習慣病対策と日本型食生活の役割」
平成23年度 「糖尿病の予防と生活習慣の改善ー日本型食生活の役割」
平成24年度 「高血圧症の予防と生活習慣の改善ー日本型食生活の意義」
平成25年度 「肥満、生活習慣病の予防・改善と食事処方ー日本型食生活の意義ー」
平成26年度 「性・年齢別疾病の発症予防・重症化予防と日本型食生活の役割」
平成27年度 「脂質の質を考慮した血管管理ー健康寿命延伸のために」
平成28年度 「健康寿命延伸にむけた、肥満、糖尿病の予防・重症化予防ー日本型食生活の役割」
平成29年度 「ライフステージにおける食生活と健康
～健やかな高齢社会の実現に向けた日本型食生活と運動～」
平成30年度 「健康長寿を迎えるための青・壮年期の健康管理と日本型食生活」
令和元年度 「人生100年時代の健康と栄養を考える
ーフレイル予防対策における日本型食生活の役割」
令和2年度 「新しい感染症に負けないための日本型食生活の活用」
令和3年度 「ポストコロナ時代に向けた新しい生活様式の提言～日本型食生活と運動を中心に～」
令和4年度 「生活習慣病を中心としたミドル世代の健康マネジメント～日本型食生活の意義と活用～」
令和5年度 「“将来の自分”を意識した生活習慣の重要性
～小児期・若年期からの「日本型食生活」を通じた健康づくり～」