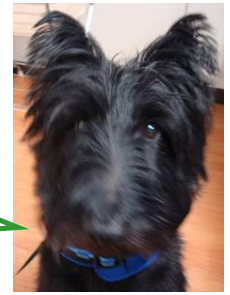


# 「未来の健康と医・食を考える会」

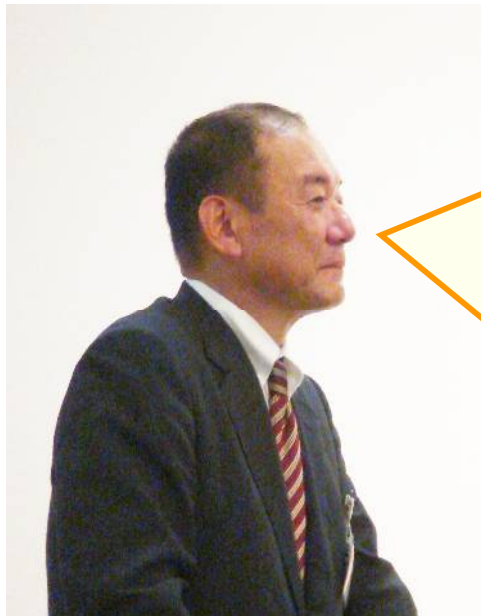
## 第19回講演会が終了しましたワン！

ご参加下さいました皆様ありがとうございました。



院長愛犬 ブッシュ  
(スコティッシュテリア)

### 講演Ⅰ 「天然抗酸化成分アスタキサンチンで健康寿命を延ばそう！」



アスタリアル(株)  
リテール事業部 業務部長  
わたなべ まさのり  
渡邊 雅則 先生

アスタキサンチンはエビ・カニ等の甲殻類の殻や、鮭の身等に含まれる赤色のカロテノイドの一種です。人間は日々、活性酸素を作り出し細菌やウイルスを退治していますが、活性酸素が過剰になると健康な細胞も破壊してしまい老化の原因になります。アスタキサンチンには活性酸素を強力に消去させる作用があり、アンチエイジング、眼精疲労、冷え性など様々な効果があります。最近ではサプリメントや化粧品、ペットフードにも取り入れられている注目度の高い成分ですので皆様もぜひお試しになってみてはいかがでしょうか。

## 講演Ⅱ 「料理をおいしく感じるには？」

～おいしさは『料理』の中にはなく、『脳』の中にある～



宮城大学 食産業学部  
フードビジネス学科  
准教授 いしかわ しんいち 石川 伸一 先生

皆様がこれまで一番おいしいと感じた料理は何でしょうか？  
人は味覚だけでなく視覚・嗅覚・食感・感情など駆使し味を感じ、その中でも嗅覚は心理に働きかけ記憶に残ると言われ嗅覚を刺激する料理が記憶に残りやすくなります。味は甘味・苦味・うま味・塩味・酸味の5つのみですが、匂いの感じ方は数十万種類あり、さらに人によって感じ方が様々です。また食感は味と匂いにも影響を与え、日本人は世界に類をみない食感好きな民族と言われています。皆様も食事をする際おいしさの感じ方を再確認してみてもいいかもしれません。

「未来の健康と医・食を考える会」では、講演会を年2回開催しています。

次回は2015年11月21日（土）を予定しております。

大変役に立つ知識を得られますので、ご家族やご友人を誘ってぜひご参加下さい。