



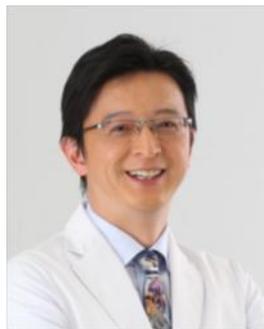
身体とアマニについて有識者が語る 第7回アマニセミナーを開催

～ 日時：10月22日(木) 会場：日経カンファレンスルーム(東京・大手町) ～

日本製粉株式会社(社長：小寺春樹)は、報道関係者ならびに医療・健康・食品関連関係者の皆様を対象とした「第7回 アマニセミナー」を、2015年10月22日(木)に日経カンファレンスルーム(東京・大手町)で開催いたします。

今回のセミナーは、テレビなど多方面でご活躍されている内科・循環器科の専門医・医学博士の池谷敏郎氏と、日本高血圧協会理事で料理家・管理栄養士の小山浩子氏にご登壇いただき、エイジングと「アマニ」の栄養成分との関連についてご講演いただきます。

アマニセミナーは、アマニについて医療・食品等の専門家をお招きし開催しているもので、今回で7回目を迎えます。アマニは昨今の消費者の健康志向や、その栄養成分に注目が集まり、消費の拡大を続けています。当社はこれからもアマニについて深く広く啓蒙していけるよう力を注いでいきます。



池谷敏郎 氏



小山浩子 氏

第7回アマニセミナー 開催概要

- 名 称 : 日本製粉株式会社主催 第7回アマニセミナー
- 開催日時 : 2015年10月22日(木)13:30~16:00 (受付開始13:00~)
- 会 場 : 日経カンファレンスルーム
- 内容・登壇者 : 第1部: 『「血管」を鍛えると超健康になる! オメガ3に注目した血管若返り法』
池谷医院院長・医学博士 池谷敏郎 氏
第2部: 『食材&食べあわせを考えた、血管の若さを保つアマニレシピ』
料理家/管理栄養士 小山浩子 氏
第3部: 『栄養豊富なアマニについて』
日本製粉(株) 中央研究所 機能性素材チーム 福光 聡
- 申込方法 : 当社ホームページの申込フォームより受付いたします。

> <http://nippon-info.com/amani-seminor201510/>

(※) 今回のセミナー参加対象は、報道関係者ならびに医療・健康・食品関連関係者の方々とさせていただきます。

《ご参考資料1》 登壇者プロフィール

1. 池谷敏郎 氏

池谷医院院長。医学博士。

東京医科大学循環器内科客員講師、

日本内科学会認定総合内科専門医、

日本循環器学会循環専門医。

1962年4月10日東京都生まれ（53歳）。

1988年、東京医科大学医学部卒業後、同大学病院第二内科に入局、血圧と動脈硬化について研究する。

1997年池谷医院理事長兼院長に就任。

臨床の現場に立つ傍ら、内科、循環器科のエキスパートとして、「駆け込みドクター!」(TBS)、「世界一受けたい授業」(日本テレビ)「林修の今でしょ!講座」(テレビ朝日)などにテレビ出演し、雑誌、新聞への寄稿、講演を行うなど多方面で活躍中。

わかりやすく歯切れの良い医学解説で各メディアで活躍。

著書は「長生きしたければ知っておきたい 健康常識〇と×」「ゾンビ体操」(アスコム)、「血管を強くして突然死を防ぐ!」(すばる舎)、「血管を鍛える」と超健康になる!」(三笠書房)、「心臓を使わない健康法」(マガジンハウス)など多数。

2. 小山 浩子 氏

大手食品メーカー勤務を経て2003年フリーに。料理教室の講師やコーディネート、メニュー開発、

栄養コラム執筆、NHKをはじめ健康番組出演等幅広く活動。料理家としてのキャリアは20年以上。これまで指導した生徒は5万人以上に及ぶ。著作も多数あり、「目からウロコのおいしい減塩「乳和食」」(社会保険出版社)で2014年グルマン世界料理本大賞イノベティブ部門世界第2位を受賞。

健康と作りやすさに配慮したオリジナルレシピにファンも多い。2015年1月、日本高血圧協会理事に就任。メディアで話題の乳和食の開発者でもある。

《ご参考資料2》 「アマニ」とは

「亜麻」という植物の種子(仁)が「亜麻仁(アマニ)」です。外見はゴマをひとまわり大きくした程度の大きさです。

アマニにはオメガ3脂肪酸のひとつである α -リノレン酸が豊富に含まれています。また、ポリフェノール的一种であるリグナン、食物せんいも豊富に含まれているため、欧米では「スーパーシード」とよばれ、摂取されておりましたが、日本でも食の欧米化に伴いオメガ3が不足し、日本人の食生活の改善として近年その栄養価に注目を集めるようになってきました。

α -リノレン酸はからだの中に入ると一部が、EPA(エイコサペンタエン酸)やDHA(ドコサヘキサエン酸)へ変わります。アマニリグナンは植物ポリフェノールの一つで、大豆イソフラボンなどと同じ、体のバランスを整えるはたらきをします。食物せんいには、不溶性と水溶性両方の食物せんいがたっぷりと含まれています。

本件に関するお問合せ先

日本製粉株式会社 広報部

担当：熊谷友樹

TEL：03-3350-3900 FAX：03-3350-2329

<http://www.nippon.co.jp>

〒151-8537 東京都渋谷区千駄ヶ谷5-27-5