

鶴岡の食文化を未来に紡ぐ一人として

「食」について考えてみませんか

食文化

未来講座

～今年のテーマは～

「食×健康」「食×美」

旬の食材、昔からの保存食としての加工品は、その季節に人間が健康に暮らすための栄養素の摂取や薬の役割を果たしてきました。また、現在も継承されている食文化の中には、人生の節目節目や季節の祭事において、健康を願い、特別なご馳走で祝う「ハレの食」や季節の中で家族の健康を願う食もあります。

しかし、通年季節を感じることなく食材が出回り、世界の料理が食べられる飽食の時代にこうした意味のある食文化の重要性は薄れてきています。

はっきりとした美しい四季の暮らしの中で培われてきた本市の食文化においても例外ではありません。飽食時代の中で、心身豊かに美しく暮らす「食」とは何か一度、考えてみませんか。

■ 講座スケジュール ■ 講師紹介は裏面をご覧ください

No.	講座日時	テーマ	講師	会場
1	10月20日(土) 14時～16時 【講話】	「食」はふるさとに 心をかよわせるもの	知憩軒 女将 長南 光氏	鶴岡食文化市場 FOODEVER 食文化体験スペース
2	12月1日(土) 14時～16時 【座学】 【デモンストレーション】	「心に通ずるものは胃を通る」 ストーリーのある食材は 心も体も元気にしてくれる	料理研究家 井澤 由美子氏	鶴岡食文化市場 FOODEVER 食文化体験スペース
3	12月15日(土) 14時～17時 【講演】オープン講座・無料 【パネルディスカッション】	つるおか食文化フォーラム 「食と健康と美を考える」	東京医科歯科大学 名誉教授 藤田紘一郎氏 キューピー株式会社 執行役員 高宮 満氏	鶴岡先端研究 産業支援センター レクチャーホール

■ 募集定員：30名

■ 受講料：2,000円(第1講座・第2講座にかかる料金です。)

■ 申込方法：裏面の申し込み用紙にご記入後FAXまたは電話でお申込みください

■ 申込メ切：平成30年10月15日(月)※定員に達した時点で終了とさせていただきます

■ 問合せ先：鶴岡食文化創造都市推進協議会 担当中野

TEL:0235-25-2111(内529) FAX:0235-25-2990

※電話で申し込みの場合は平日8時30分～17時15分をお願いいたします。



ユネスコ
食文化創造都市

鶴岡

UNESCO Creative City
of Gastronomy

「食文化未来講座」は、地域固有の多様な食文化が、これからの地域の魅力ある未来につながるという意識のもとに、これまで、先人たちが培ってきた食文化の継承と新たな価値創出について一人一人がどうかかわっていくべきか考える目的で平成29年度から開講しています。

■講師紹介■

第1講座：農家民宿知憩軒女将 長南 光氏

鶴岡市西荒屋で知憩軒女将として「食」や「暮らし」の中に常に季節や風土に寄り添った思考を持ち、手仕事を大切にしている姿は健康的で美しい。その生き方は知憩軒を訪れた多くの人に影響を与えています。

第2講座：料理研究家 井澤 由美子氏

料理家。調理師、国際中医薬膳師、国際中医師の資格を持ち旬の食材の効能と素材の味を活かした料理が人気。発酵食や薬膳に造詣が深く、美味しくて美容、健康によいレシピを数々提案。レモン塩の生みの親。著書に『食べてやせる！昆布酢ごはんダイエット』（宝島社）や、『毎日おいしい はじめての保存食&長持ちおかず』（永岡書店）など多数。

第3講座：東京医科歯科大学 藤田 紘一郎氏

1939年、旧満州生まれ、東京医科歯科大学卒業、東京大学医学系大学院修了、医学博士。

金沢医科大学教授、長崎大学教授、東京医科歯科大学教授を経て、現在、東京医科歯科大学名誉教授。専門は、寄生虫学、熱帯医学、感染免疫学。1983年寄生虫体内のアレルゲン発見で、小泉賞を受賞。2000年、ヒトATLウイルス伝染経路などの研究で日本文化振興会・社会文化功労章、国際文化栄誉賞を受賞。主な近著に、『50歳からは炭水化物をやめなさい』（大和書房）、『脳はバカ、腸は賢い』（三五館）、『腸をダメにする習慣、鍛える習慣』『人の命は腸が9割』『ヤセたければ腸内「デブ菌」を減らしなさい』（以上ワニブックス plus 新書）などがある。

■申し込み用紙■ 申込メ切：平成30年10月15日(月)※定員に達した時点で終了とさせていただきます

●氏名・フリガナ	●連絡先 (携帯電話など)		
●住所	〒		
受講希望講座 希望講座を○で 囲んでください	第1講 「食」はふるさとに 心をかよわせるもの	第2講 「心に通ずるものは胃を通る」 ストーリーのある食材は 心も体も元気にしてくれる	第3講 つるおか食文化フォーラム 「食と健康と美を考える」
●受講動機 記入をお願いします			

個人情報の取り扱いについて

申込み用紙にご記入いただいた情報は、お申込みされた講座を受講していただくにあたって必要な事務連絡等に使用するとともに、参加者名簿（記録用・講師用）作成に使用させていただくことがあります。

また、「法令等で要求された場合」を除き、第三者に開示、提供いたしません。

主催：鶴岡食文化創造都市推進協議会 TEL：0235-25-2990(内529) FAX:0235-25-2990



平成30年度文化庁 文化芸術創造拠点形成事業