



食生活と生活習慣病・がん予防

2018年2月7日(水) 13:30~15:45
東京・日比谷コンベンションホール

講演プログラム

司会 **安田俊道** [NPO法人セルフメディケーション推進協議会副会長]

13:30~13:35 **開会の挨拶**
村田正弘 [NPO法人セルフメディケーション推進協議会会長代理]

13:35~13:50 **導入講話 生活習慣病予防と食生活**
蒲池桂子 [女子栄養大学教授]

13:50~14:35 **講演1 高血圧の怖さと少食、少塩のすすめ**
演者：**猿田享男** [慶應義塾大学名誉教授]
座長：**細谷龍男** [東京慈恵会医科大学名誉教授]

14:35~14:45 **休憩**

14:45~15:30 **講演2 食生活とがん予防・治療 ~2度のがん罹患体験をふまえて**
演者：**小西敏郎** [東京医療保健大学副学長/医療栄養学科長]
座長：**桑野博行** [群馬大学大学院総合外科学教授]

15:30~15:43 **総合討論**
演者：**登壇者全員**
座長：**池田義雄** [一般社団法人日本生活習慣病予防協会理事長]

15:43~15:45 **閉会の挨拶**
金子正利 [公益財団法人がん集学的治療研究財団事務局長]

- 【主催】 一般社団法人日本生活習慣病予防協会
公益財団法人がん集学的治療研究財団
NPO法人セルフメディケーション推進協議会
- 【後援】 厚生労働省、公益財団法人健康・体力づくり事業財団、健康日本21推進全国協議会
一般社団法人日本産業保健師会、糖尿病治療研究会、読売新聞
- 【協賛】 サラヤ株式会社、株式会社タニタ、森永乳業株式会社、リボン食品株式会社、株式会社ローソン

全国生活習慣病予防月間とは？

生活習慣病予防と健康寿命の伸長を目指した活動です

生活習慣病の一次予防を中心に、その普及・啓発を行う日本生活習慣病予防協会（理事長・池田義雄）では、生活習慣病予防に対する国民の意識向上と、これによる健康寿命の伸長を目指すべく、毎年2月を「全国生活習慣病予防月間」と定め、平成23年より広く啓発活動を行っています。

毎年2月の恒例行事としてご活用ください

毎年2月の1カ月間、行政、自治体、関連団体、産業界やメディアなどを通じて、健康標語“一無、二少、三多”の6テーマから順次に強化テーマを設け、集中的に情報発信を行います。予防月間ホームページを中心に生活習慣病予防に関する情報を配信。毎年公募するスローガン（川柳）を活用したポスター・リーフレットの無料公開もしておりますので、地域や職域、ご家庭で、広くこの機会を健康づくりにお役立てください。

一無、二少、三多で生活習慣病を予防！
毎年2月は、全国生活習慣病予防月間

HOME 一無 二少 三多

無煙・禁煙 少食 少酒 多動 多休 多接

「少食」ニュース

01月23日 1月23日は「一無、二少、三多の日」、2月の「全国生活習慣病予防月間2018」がスタートします！

01月17日 管理栄養士の9人が「おやつを食べる」食べたときは次の食事まで我慢

01月17日 緑色の漬物野菜を毎日食べると認知能力の衰えを抑えられる

01月17日 「腸内環境」を整えアンチエイジング 腸内細菌の多様性が長寿の秘訣

01月15日 「全国生活習慣病予防月間2018」スローガン最優秀賞が決定！

全国生活習慣病予防月間2018「少食」スローガン
健康と長寿の秘訣 腹八分
(オクラの花さん・静岡県・77歳・主婦)

「少食とは？」

「少食」ニュースへ ▶

詳しくはこちら ▶

全国生活習慣病予防月間

期 間：毎年2月の1カ月間
対象者：国民すべて
基本テーマ：“一無、二少、三多”で生活習慣病予防
強化テーマ：“一無、二少、三多”の6テーマを順次
主 催：一般社団法人日本生活習慣病予防協会

MEMO

- 【一般社団法人日本生活習慣病予防協会】 <http://seikatsusyukanbyo.com>
- 【公益財団法人がん集学的治療研究財団】 <http://www.jfmc.or.jp>
- 【NPO法人セルフメディケーション推進協議会】 <http://www.self-medication.ne.jp>

導入講話



生活習慣病予防と食生活

蒲池桂子(かまち けいこ)

女子栄養大学栄養クリニック教授
一般社団法人日本生活習慣病予防協会参事

【ご略歴】 昭和60年 女子栄養大学栄養学部栄養科学専攻卒業
エムサービス(株)横浜市済生会南部病院事業所勤務
平成2年 東京慈恵会医科大学内科学講座勤務
平成12年 博士号(栄養学)取得
平成15年 女子栄養大学栄養クリニック主任
平成22年 女子栄養大学栄養クリニック教授
平成24年 米国カルフォルニア州立大学デイビス校
獣医学部分子生物学研究室及び栄養学研究室客員教授
平成27年 埼玉医科大学医学部非常勤講師

講演1



高血圧の怖さと少食、少塩のすすめ

猿田享男(さるた たかお)

慶應義塾大学名誉教授
一般社団法人日本生活習慣病予防協会理事

【ご略歴】 昭和61年 慶應義塾大学医学部内科学教授
平成7年 慶應義塾大学医学部医学部長併任(平成13年6月迄)
平成13年 学校法人慶應義塾常任理事を兼任(平成17年5月迄)
平成17年 慶應義塾大学名誉教授
平成23年 一般社団法人日本臨床内科医会会長

【役 職】 聖路加国際病院 理事
一般法人日本肥満症予防協会理事 など

講演2



食生活とがん予防・治療

～2度のがん罹患体験をふまえて

小西敏郎(こにしとしろう)

東京医療保健大学副学長／医療栄養学科長
公益財団法人がん集学的治療研究財団倫理委員会委員

【ご略歴】 昭和47年 東京大学医学部医学科卒業
昭和60年 東京大学医学部第二外科講師
平成8年 東京大学医学部第二外科助教授
平成10年 関東通信病院(現NTT東日本関東病院)外科部長
平成14年 同 副院長兼任
平成25年 東京医療保健大学副学長・医療栄養学科長

【役 職】 日本臨床外科学会幹事・編集委員
日本手術医学会理事、日本医療マネジメント学会理事
日本クリニカルパス学会監事、日本環境感染学会監事
雑誌「癌と化学療法」編集顧問、雑誌「オペナーシング」編集委員 など

講演1
座長



細谷龍男(ほそや たつお)

東京慈恵会医科大学名誉教授
一般社団法人日本生活習慣病予防協会理事

【ご略歴】 昭和49年 東京慈恵会医科大学医学部卒業
平成元年 東京慈恵会医科大学第2内科学教室講師
平成8年 東京慈恵会医科大学内科学講座第2助教授
平成9年 東京慈恵会医科大学内科学講座第2教授
平成12年 改編により東京慈恵会医科大学内科学講座(腎臓・高血圧内科)教授
平成16年 東京慈恵会医科大学附属病院副院長
平成21年 東京慈恵会医科大学内科統括責任者
平成25年 東京慈恵会医科大学名誉教授
寄附講座「慢性腎臓病病態治療学講座」教授

【役 職】 日本腎臓学会理事(～平成22年)、日本痛風・核酸代謝学会理事長
日本内科学会理事(～平成21年3月)、日本宇宙航空環境医学会理事
日本透析医学会評議員、日本高血圧学会評議員、日本リウマチ学会評議員
日本肥満学会評議員、第110回日本内科学会総会・会頭、日本肥満症治療学会理事・評議員 など

講演2
座長



桑野博行(くわの ひろゆき)

群馬大学大学院総合外科学教授
公益財団法人がん集学的治療研究財団常務理事

【ご略歴】 昭和53年 九州大学医学部卒業
昭和53年 九州大学医学部附属病院医員
昭和59年 米国ハーネマン大学医学部外科 Assistant Professor
昭和60年 九州大学医学部附属病院医員第二外科
平成9年 九州大学医学部助教授
平成10年 群馬大学医学部外科学第一講座教授
平成15年 群馬大学大学院医学系研究科教授
平成27年 群馬大学医学部附属病院外科診療センター長
平成29年 群馬大学大学院総合外科学主任教授

【役 職】 日本消化器外科学会評議員、日本学術会議連携会員、日本消化器病学会評議員
日本癌学会評議員、日本癌治療学会理事・代議員、日本内視鏡外科学会評議員
日本食道学会監事・評議員、日本消化器癌発生学会評議員
日本胸部外科学会評議員、日本消化管学会理事・代議員 など

総合討論
座長



池田義雄(いけだ よしお)

一般社団法人日本生活習慣病予防協会理事長
タニタ体重科学研究所名誉所長

【ご略歴】 昭和36年 東京慈恵会医科大学卒業
東京慈恵会医科大学生理学、内科学教室
平成5年 東京慈恵会医科大学健康医学センター健康医学科初代教授
平成12年 東京慈恵会医科大学退任後タニタ体重科学研究所所長
平成24年 名誉所長に就任

【役 職】 日本生活習慣病予防協会理事長、セルフメディケーション推進協議会会長
健康・体力づくり事業財団理事、日本がん集学的治療研究財団監事
糖尿病治療研究会顧問、日本老年病学会代議員、東京都糖尿病協会理事 など