

セミナー動画無料公開「ポジティブ・エイジングと食の楽しみ方 ～フレイル予防におけるガストロノミーの役割とは？～」

東京ガス食情報センターは、10月にスタジオプラスジーゲンザ(東京都中央区)にて開催した、フレイル予防に関する講義とフレイル予防に効果的なフランス料理の調理実演を行ったセミナーの様子を撮影した動画をホームページで無料公開しました。動画にはダイジェスト版とフルバージョン版があります。



あなたとずっと、今日よりもっと。
 TOKYO GAS 第二弾 東京ガス食のセミナーを開催しました
 ～ポジティブ・エイジングと食の楽しみ方とは？～

「レストランラフィナージュ」オーナーシェフ 高良康之氏

動画無料公開中!

鶏むね肉を使った前菜などの調理実演 ほか

東京大学 高齢社会総合研究機構 特任研究員 田中友規氏

2020年度から全国的に「フレイル検診」が始まり、フレイル予防は国を挙げて取り組むべき重要課題の一つになりました。いつまでも健やかであるためには、毎日の積み重ねが必要です。そこで、日々にも影響を与えるような「特別な一食」にスポットを当て、ポジティブ・エイジングにおけるおいしい「食」の役割について考えました。

タイトル	ポジティブ・エイジングと食の楽しみ方 ～フレイル予防におけるガストロノミーの役割とは？～
コンテンツ	◆第1部:フレイル予防に関する講義 東京大学 高齢社会総合研究機構 特任研究員 田中友規氏 ◆第2部:フレイル予防に効果的なフランス料理の調理実演 「レストラン ラフィナージュ」オーナーシェフ 高良康之氏
URL	https://home.tokyo-gas.co.jp/shoku/torikumi/seminar/index.html

東京ガスはこれまで、食文化の発展に寄与するセミナーを定期的で開催してまいりました。今後はこの内容にとどまらず、精神的・社会的側面も重視した『心があたたまり幸福感を高める「食」』のセミナーも開催してまいります。どうぞご期待ください。