

## 筑波大学サテライト シンポジウム

# 食と健康の達人を目指して ～食・運動・情報・睡眠によるセルフケア～

2017年 3月6日(月) 13:00～17:10

筑波大学 春日エリア 情報メディアユニオン1F\*

参加費無料  
先着200名

事前登録制: 参加登録はこちら [http://www.sanrenhonbu.tsukuba.ac.jp/coi\\_entryform/](http://www.sanrenhonbu.tsukuba.ac.jp/coi_entryform/)

高齢化社会に伴う認知症、ロコモティブシンドローム患者の増加などを背景に、健康志向が高まっています。本シンポジウムでは、食・運動・情報・睡眠によるセルフケアに関する筑波大学サテライトの研究成果を発表し、パネルディスカッションでは成果を広く社会実装するための今後の方針を議論致します。健康年齢の延伸、セルフケアによる健康維持に興味を持たれている高齢者の方、官公庁の方、企業の方など幅広い層の皆様のご参加をお待ちしております。

### 13:00-13:05: 開会の辞 (敬称略)

金保 安則 (筑波大学 大学執行役員(産学連携担当))

### 13:05-13:10: 来賓あいさつ

五十嵐 立青 (つくば市市長)

### 13:10-13:15: COI『食と健康の達人』拠点リーダーあいさつ

吉野 正則 (COI『食と健康の達人』拠点プロジェクトリーダー)

### 13:15-13:25: COI筑波大学サテライトの全体説明

磯田 博子 (COI筑波大学サテライトリーダー)

### 13:25-13:40: これまでの取組み～情報(コホート研究)について～

我妻 ゆき子 (筑波大学医学医療系 教授)

### 13:40-14:55: これまでの取組み～食と運動について～

はじめに: 大藏 倫博 (筑波大学体育系 准教授)

食: 協和発酵バイオ(株)、日本製粉(株)

運動: (株)タニタ、(株)ルネサンス

おわりに: 参加者様よりコメント

### 14:55-15:25: 今後の展開～睡眠について～

徳山 薫平 (筑波大学体育系 / 国際統合睡眠医科学研究機構(IHS) 教授)

### 15:25-16:15: 休憩・企業ミニブース見学

協和発酵バイオ(株)、日本製粉(株)、(株)生体分子計測研究所、  
(株)タニタ、(株)ルネサンス

### 16:15-17:05: パネルディスカッション

～食・運動・情報・睡眠 COI筑波大学サテライトから社会に発信したいこと～

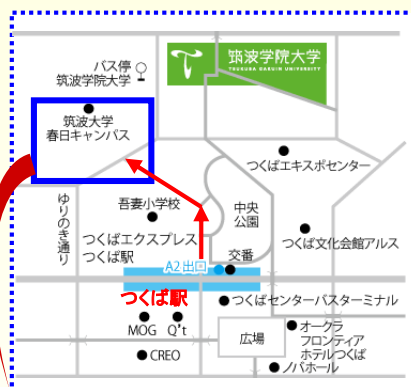
モデレーター: 内田 史彦 (筑波大学国際産学連携本部 本部審議役・教授)

参加者: 我妻 ゆき子、大藏 倫博、徳山 薫平、  
協和発酵バイオ(株)、日本製粉(株)、(株)タニタ、(株)ルネサンス

おわりに: 吉野 正則プロジェクトリーダーよりコメント

### 17:05-17:10: 閉会の辞

磯田 博子 (COI筑波大学サテライトリーダー)



つくばエクスプレス  
つくば駅  
A2出口より  
徒歩5分



情報メディアユニオン  
建物写真

終了から1時間程度ネットワークングタイムを設けます。