



丹羽真清のベジ・トーク

「生命食」を伝え、つないでいきたい

赤坂アークヒルズにオープンして4年近くになります。
ベジマルシェは、野菜を、抗酸化力・免疫力・解毒力という
3つのチカラで表現するショールームから、「食の薬局」へ進化してきました。
デザイナーフーズ(株)の丹羽真清社長は、さらに「食」にフォーカスし
私たちの体を構成する60兆個の細胞をつくる食、遺伝子を正しく伝え
また修復する食について伝えていきたい、と考えています。

野菜の機能性

野菜の機能性が注目されるようになり、私も、農業、外食、行政をはじめ、幅広い分野の方たちにお話しする機会をいただいています。そのなかで最近特に、各地の産物を評価してほしいという自治体からのご要望があり、私たちデザイナーフーズ(株)が蓄積した15年間のデータをベースに考えると、野菜のチカラが大きく向上していることを感じます。そこで、野菜の機能性についてあらためてみなさまにお伝えしたいと考えています。

食べ方をデザインする

デザイナーフーズという社名は、食べかたをデザインすることを意味します。私たちは創業以来、健康のための食のデザインを追求してきました。分子栄養学で食を考え、メニューを組み立て、健康をサポートする…。こうしたことをきちんと理論立てて知っていただきたいと思えます。

また、昨年、ユネスコの無形文化遺産に登録された和食の特質を科学的に裏づけ、一汁三菜の基本となる調味料やだしなどを学ぶ講座を設けるほか、これまで名古屋で開催してきた「生命食セミナー」を、東京でも計画しています。

(取材:野菜生活研究所 クサマヒサコ)

7月からスタートする

新セミナー



旬の野菜の機能性を知ろう

旬の野菜と果物を取り上げて、そのチカラ=機能性を学ぶセミナー。機能性をいかに調理法も紹介します。

- | | |
|-----|---------------|
| 7月 | トマト |
| 8月 | なす |
| 9月 | 柿、ぶどう、(じゃがいも) |
| 10月 | 梨、さといも |
| 11月 | りんご、セロリ |
| 12月 | かぼちゃ |

● 分子栄養学を学ぶ

食材、調理法、組み合わせなどを最新の栄養学でわかりやすく解説。企業の開発担当の方にもおすすめします。

- | | |
|-----|------------|
| 7月 | 糖質 |
| 8月 | たんぱく質 |
| 9月 | 脂質 |
| 10月 | ビタミン |
| 11月 | ミネラル |
| 12月 | 抗酸化・免疫・解毒力 |

● 食べ方をデザインする

● 健康と食

健康と美しさの源は食、病を予防するのにも食。この「健美食同源」を基本とする食のデザインを提案します。

- | | |
|-----|-----------|
| 7月 | 健康と食 |
| 8月 | メタボとロコモ |
| 9月 | 腸内環境 |
| 10月 | 巡りをよくする食事 |
| 11月 | 代謝とホルモン |
| 12月 | 酸化と糖化 |

● 一汁三菜を作るために

日本人の長寿を支えてきた「一汁三菜」の基本となるさまざまな食材について、見分け方や使い方をお話します。

- | | |
|-----|------------|
| 7月 | みそ、醤油を知る |
| 8月 | だしを知る |
| 9月 | 糖を知る |
| 10月 | 乾物を知る(豆と種) |
| 11月 | 発酵調味料を知る |



トピックセミナー(不定期)

「食」に関する、旬な話題を取り上げて、解説します。情報収集にお役立てください。