



2023 第30回日本海藻協会シンポジウム

## 海藻からウエルネスを考える

日 時： 2023年10月13日(金) 13:30 - 16:50

会 場： 東京海洋大学楽水会館1F大講義室 (東京都港区港南4-5-7)

参加費： 無 料 (講演要旨集は会員のみ無料, 会員外は2,000円)

主 催： 日本海藻協会

13:00 -	開場	司会 日本海藻協会 理事 吉積一真
13:30 - 13:50	開会のあいさつ 続いて ツルアラメ・ワカメ・アカモク	日本海藻協会 会長 藤田大介
13:50 - 14:30	西ノ島町産褐藻ツルアラメの抗アレルギー効果	国立研究開発法人水産研究・教育機構 水産大学校 准教授 杉浦義正
14:30 - 14:40	休憩	
14:40 - 15:20	メカブの食後血糖値上昇抑制およびセカンドミール効果	和洋女子大学 准教授 多賀昌樹
15:20 - 16:00	アカモクの生活習慣病予防効果 ~肥満抑制および食塩吸収阻害作用~	福井県立大学 特任教授 村上 茂
16:00 - 16:30	総合討論	進行 日本海藻協会 理事 吉積一真
16:30 - 16:50	日本海藻協会の紹介・会員交流の時間 閉会の挨拶	司会 日本海藻協会 理事長 小野晃生
17:00 -	懇親会 (4,000円/人, 学生2,000円/人) 法人会員1名・講演者無料	

### <企画趣旨>

古来、海藻を食べるとカラダに良いと言われてきました。ミネラルや食物繊維が豊富なので代謝が良くなり、便秘も解消し、血圧も下がる。しかし、それだけではありません。近年増加しているアレルギーを抑え、血糖値の上昇を一度ならずも二度の食事の後まで抑え、肥満を防ぎ食塩の吸収を抑えてくれる、海藻にはこんな期待も寄せられています。自然が厳しさを増し、ストレスも増える現代社会で、ウエルネス(身体的、精神的、そして社会的に健康で安心な状態)の維持に役立つ海藻の話題を提供していただきます。

参加者は、所属、懇親会の参加の有無も書き添えて、10月6日(金)までにお申し込み下さい。  
シンポジウムのみの参加者も、可能な限り、事前申し込みをお願いします。

申し込み先・問い合わせ先: 日本海藻協会事務局(小野 晃生)

E-mail: [info@japan-seaweed-association.com](mailto:info@japan-seaweed-association.com)