



食を通じた健康づくりへの参加者募集について

亀山市は、国立研究開発法人農業・食品産業技術総合研究機構（以下「農研機構」という。）が開発した、機能性成分を多く含む農産物を使った弁当による健康づくり事業への参加者、先着100名を募集します。

この事業は、農研機構が中心に行う食を通じた健康システムの確立に関する実装試験の一環として、本市が連携して取り組むもので、使用する弁当は、もち麦やべにふうき緑茶など健康を維持・増進する作用が期待される機能性農産物を複合的に組み合わせられて作られています。継続的な摂取で内臓脂肪が減少することが報告されており*、生活習慣病の予防と健康寿命の延伸に大きく寄与することが期待できます。

実施期間は、来る1月17日から3月18日までの8週間で、弁当を1週間に5食（1日1食）、計40食を摂取いただくとともに、睡眠時には腕時計型の活動量計を装着していただき、体調の変化や睡眠の質の調査分析を行います。なお、12月24日と25日に、本事業の事前説明会を行いますので、ぜひご参加ください。

本市は、健康都市連合に加盟するなど、健康都市として、健康寿命の延伸に取り組んでいるところです。この機会に多くの方にご参加いただき、日々の健康管理につなげ、コロナ禍を乗り越えていただきたいと思います。

なお、詳細につきましては、別紙資料をご覧ください。

*日本食品科学工学会誌、64:23-33, 2017