



肉食論

焼肉新聞

Vol.7

発行：事業協同組合 全国焼肉協会
東京都北区王子 2-30-2 ☎03-5959-3271
http://www.yakiniku.or.jp/
編集：株式会社 日本食糧新聞社
広告：株式会社 横浜エージェンシー & コミュニケーションズ
展示会：株式会社 エヌイーオー企画

知って食べれば
お肉の倍増!

現代の肉食論



科学的な研究で証明された定説
「肉を食べると元気になる」

「疲れたから肉が食べたい」「ストレス解消には肉が一番」
など、われわれにはつい肉を求める瞬間がある。肉は元
氣をくれる一番の食べ物であることは知っているからだ。実はこ
れ、科学的にも証明されていることを存じ込もうか。昨今は
粗食ブームもあつたが、たとえ肉が好きでも、「健康のために食
ない」という人も増えているというが、実は、粗食では元氣に長
生きできない。今回は、最新の研究データをもとに、いっしょに
真面目な角度から肉を掘り下げていく。これを読めばあなたも
ちょっと肉博士かも!?

粗食に二石を投じる

本における肉食時代
の幕開けは、明治以
降とされる。詳しくは次
のシのコラムで後述す
るが、肉類は、いまや国民食
ともいえる焼肉をはじめ、
さまざまな形で楽しみ
ながら食べられている。全
国各地では肉フェスが
行われ、焼肉店は全国に
2万

肉食不健康論が変わる

東 京都老人総合研究所
(現・東京都健康長
寿医療センター研究
所)の科学的説明に
取り組んできた熊谷
修氏(現在、人間科
学総合科学大学教授
は、次のように語る。
「二十数年にわたっ
て行った介入研究な
ど、肉を食べると老
化の速度を遅らせ
ることができた。肉
を食べる生活の実
践は、総死亡リス
クを約半分に減
少させ、その効用
が高齢者の動脈硬
化や糖尿病、うつ
病など、さまざま
な病気の予防にも
及ぶことが分か
ったのです」
歴史的な状況証拠
からみても、肉は人
間の寿命に大きく
関わっているこ
とが分かる。
「日本人の平均寿
命(※1)が大きい
のは、延び

2面に続く 体にいい肉と悪い肉の 肉食を徹底説明

これらの食品から摂取
できる主な栄養素は「タン
パク質」です。
※1：国民健康・栄養調査

水と生きる SUNTORY
進化した、第1
最高級の味と香り。第2
ザ・プレミアム・モルツ
The PREMIUM MALT'S
※1 ダイアモンド賞受賞による第2当選ビールにおける原麦汁
エキス濃度及びホップ使用量比較において(限定販売を除く)

手仕事を伝える焼肉コンシェルジュ
福永 麻希子 さん (27歳)
「西山竜太店主(右)の職人気質を
お客さまに伝えたい」と福永さん
「質実剛健の職人気質に感動」
福永 麻希子 さん
「手仕事焼肉 源閣苑」
所在地：鹿児島県薩摩川内市西向田町10-2
福永 麻希子 さん (27歳)
「手仕事焼肉 源閣苑」
「手仕事を伝える焼肉コンシェルジュ」
「質実剛健の職人気質に感動」
福永 麻希子 さん
「手仕事焼肉 源閣苑」
所在地：鹿児島県薩摩川内市西向田町10-2
福永 麻希子 さん (27歳)

36年前、焼肉無煙ロースターを開発。
多くの「焼肉店」から煙と臭いをなくし、
ファミリーや女性にも喜ばれる「焼肉店」を
創造してきました。
今後、さらなる焼肉業界の発展に貢献していきます。
環境浄化企業として、脱煙・脱臭装置システムも提供しております。
無煙ロースター・脱臭装置システムプロダクツ
http://www.shinpo.jp/
シンポ株式会社
本社／名古屋市名東区若葉台110番地 / TEL. 052-776-2231
支店／札幌・東京(国内・海外事業)・名古屋・大阪
営業所／仙台・福岡 工場／愛知
中国販売子会社／神府貿易(上海)有限公司
ISO14001:2004 認証取得
証券コード 5903 SHINPO