

# 高齡化社会のキーワード 「食におけるタンパク質の重要性」

炭水化物、脂質、タンパク質はエネルギー産生栄養素と呼ばれます。

このうち、炭水化物と脂質は、体内でお互いの物質に変換されますが、タンパク質、アミノ酸には返還できません。つまり、エネルギーは上記3栄養素で互いに補うことができますが、タンパク質、アミノ酸は、これらを摂取しないと補うことはできません。

体を構成する成分のうち、水の次に多いタンパク質ですが、食事として摂取するタンパク質の量だけでなく質も重要です。

本セミナーでは、摂取したタンパク質がどのように消化吸収され、感知され、利用される(はたらく)のか、などについて紹介します。

方法

YouTube 配信

(お申し込み後、URLをメールで送付します。)

講師

北海道大学大学院農学研究院生物機能化学分野食品栄養学研究室  
北海道大学大学院農学研究院

准教授 比良 徹 氏

申込

メール又はFAXにてお申し込みください

FAX:0166-68-2828 E-mail:fosup@arc-net.or.jp

(セミナー参加申込書)

企業名・団体名	
住所 電話番号	( ) - FAX ( ) -
フリガナ 氏 名	※連名可
メールアドレス	@