

新型コロナウイルスの流行を受けて食生活が変わった。リモートワークをしながら、オンライン会議などの合間にフードデリバリーのアプリでランチを注文し、届くのを待ちながら仕

Smart Times

事をする機会が増えた。こんなワークスタイルはデジタルネイティブの若者や海外での話と思っていたが、まさか自分もそうなるとは思っても寄らなかった。一方で、夕食は手間をかけて調理したバランスの良い健康

インターウォーズ社長

吉井 信隆



1979年リクルート(現リクルートホールディングス)入社。首都圏営業部長などを経て95年にインキュベーション事業のインターウォーズを設立、社長に就く。日本ニュービジネス協議会連合会副会長。

的な料理を家族と共にゆとり、貧困や社会的孤立により食べるようになった。食料品の供給体制の崩壊食は命の源だ。コロナ禍で、でまっとうな食事を摂れないおいしいだけでなく、安全い人々ほど健康被害が多いで健康に良い食事を日常的とされ、社会課題になってに食べるようになり、ウェ

グなどを含めて、健康になるノウハウが詰まっている郷土料理だ。和食には、日本が持つ気候、地形、地域文化がもたらす多種多様な食材や調理方法、保存方法がある。おいしさと健康を進化させ、地元の食材を生かした持続可能な食文化や技術は、全国の地域に挙げきれないほ

医食同源をグローバルに

場に出場し、
時価総額は一
時、日本円で
1兆4000

ルビーインクな時間が増えた。

日本には、昔から「医食

ど存在する。

世界保健機関(WHO)

健康と環境に配慮した「新

世界のコロナウイルス感 染者のうち、安価な加工食 品を多用する食生活で肥満 や糖尿病などの生活習慣病 を抱える人は、重症化率や 死亡率が高いと言われている。「フードデザート」と呼ばれる、生鮮食品店への

日ごろからバランスの取れ た食事を摂り病気を予防す ることが、治療すること 源は同じとの考え方だ。日 本は男女合わせた平均寿命が84 2歳と世界一の長寿国だ。 自然と調和した伝統料理の 種類や調理法(生、焼く、 煮る、蒸す、炒める、漬け るなど)は多彩で、世界で 最も進んだ医食同源の食文 化が人々の健康を守ってきた。