報道関係者各位　　2026年5月吉日

【取材案内状】

医師も納得の続けたくなる生活習慣改善プログラム 食事療法の概念を管理から共感へ

『久原本家×大阪大学 ティーチングキッチン』 開催

2026/5/23（土）@Qrossover Lounge 夢（Nakanoshima Qross内）





株式会社久原本家グループ本社（本社：福岡県糟屋郡久山町、代表取締役社長：河邉哲司）は、大阪大学大学院医学系研究科との共同研究に基づき、「だし」を日常の食事に取り入れることで無理なく健康的な食生活を習慣化するプログラム『日本版ティーチングキッチン』を広く社会に普及させるための公開イベントを開催いたします。

糖尿病などの慢性疾患において、食事療法は治療の根幹ですが、多くの患者様にとって制限や管理のプレッシャーが継続を阻む大きな壁となっています。本プロジェクトを通して、我々は栄養指導という枠組みを超え、患者様が能動的に「ずっと続けていきたい」と思えるような機運を醸成してまいります。

当日は、本プログラムの医学的根拠と臨床現場での実践方法を共有する場を設けます。内分泌・代謝内科学、ライフスタイル医学を専門とする大阪大学大学院医学系研究科ライフスタイル医学寄附講座 寄附講座准教授・馬殿恵氏、ハーバード大学公衆衛生大学院准教授でティーチングキッチンの発案者であるDavid M Eisenberg氏、そしてWell-being研究の第一人者である石川善樹氏をお招きし、食事療法を義務ではなく家族と楽しみたくなる生活習慣へと変えるための知見を深めていただきます。

【イベント概要】

イベント名称	久原本家×大阪大学 ティーチングキッチン
日程/場所	2026年5月23日（土） / Qrossover Lounge 夢（Nakanoshima Qross 未来医療R＆Dセンター2階　大阪市北区中之島4丁目3番51号）
時間	10時00分～12時30分 ※参加者の受付は、9時30分から行います。
登壇者	馬殿 恵氏（大阪大学 大学院医学系研究科　ライフスタイル医学寄附講座 寄附講座准教授） David M Eisenberg氏（ハーバード大学公衆衛生大学院 准教授） 石川 善樹氏（公益財団法人 Well-being for Planet Earth 代表理事） ※登壇者プロフィールは次ページをご参照ください
パネルディスカッションテーマ	●ティーチングキッチンの価値について ●日本版ティーチングキッチンの特徴と成果 ●だしを活かした健康的な食生活はなぜ続けやすいのか？

取材ご希望の場合は、別紙取材申込書への記入・送付をよろしくお願い申し上げます。

【進行スケジュール】

時間	プログラム	登壇者
9:30	受付開始	
10:00～10:05	オープニング挨拶	MC
10:05～10:10	ティーチングキッチンについて	馬殿 恵
10:10～11:05	ティーチングキッチン体験／試食	馬殿 恵
11:05～11:25	ティーチングキッチンの価値について	David M Eisenberg
11:25～11:45	日本版ティーチングキッチンの特徴と成果	馬殿 恵
11:45～12:25	パネルディスカッション だしを活かした健康的な食生活はなぜ続けやすいのか？	馬殿 恵 David M Eisenberg 石川 善樹
12:25～12:30	クロージング	MC

【登壇者プロフィール】



大阪大学 大学院医学系研究科
ライフスタイル医学寄附講座 寄附講座准教授
馬殿 恵 氏
大阪大学医学部卒業後、同大学院内分泌・代謝内科学にて診療・研究に従事。2018年から2020年までハーバード大学公衆衛生大学院栄養学部にて博士研究員として留学。2021年より現職。糖尿病などの生活習慣病において、患者が「もっと早くから食事に気をつけていれば」と後悔する姿を目の当たりにした経験から、科学的根拠に基づきつつも「無理なく続けられる」食事療法の研究・普及に尽力。日本糖尿病学会 食事療法に関する委員会委員なども務める。



ハーバード大学公衆衛生大学院 准教授
David M Eisenberg 氏
ティーチングキッチンの創始者であり、ライフスタイル医学と統合医療における世界的権威。ハーバード大学公衆衛生大学院において、栄養学、調理技術、マインドフルネス、行動変容を組み合わせた調理を通じたヘルスケアの研究を牽引。医師や医療従事者自身にセルフケアとしての料理スキルを教育し、それを患者指導へ繋げるプログラムを確立した。

【登壇者プロフィール】
公益財団法人 Well-being for Planet Earth 代表理事
石川 善樹 氏



東京大学医学部健康科学科卒業、ハーバード大学公衆衛生大学院修了後、自治医科大学で博士（医学）取得。公益財団法人Well-being for Planet Earth代表理事、一般財団法人雲孫財団理事。「人と地球が調和して生きるとは何か」をテーマとして、雲孫世代（8世代後、約200ー300年後）にまたがるような長期構想に取り組む。

【Teaching Kitchen®（ティーチングキッチンについて）】
　ティーチングキッチンは、ハーバード大学発の生活習慣病予防・治療プロジェクトであり、美味しく身体に良い料理をつくる体験を通じて、生活習慣の改善・健康増進をはかる実践型プログラムです。
　家族の笑顔と健康を“だし”がサポート。大切だとはわかっていても、今まで続けることが難しかった食生活の見なおしも、だしを使った料理で、美味しく、簡単に実践できます。健康に不安がある方も、そうでない方も、同じ料理を囲むから、食卓はもっと美味しく、もっと賑やかに。「この味いいね」とか、「もうちょっとこうしてみようとか」とか、家族みんなでつくる、我が家の味。“続けられる”ではなく、“続けたくなる”生活習慣改善プログラムです。