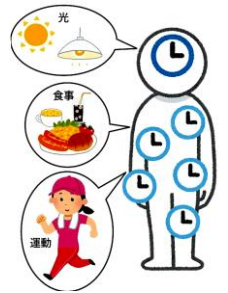


たかむくのまちづくり協議会ふれあい部会主催 食育講演会

時間栄養学の視点と コロナ・インフルに負けない 栄養の話

参加費無料



人間に本来備わっている「体内時計」のしくみを知り、健康生活を1ランクUPしませんか？

特に夏休みや冬休みなど、長期休暇に入る時にも体内リズムが狂いやすくなるので、お子さんがいるご家庭の方におすすめの講演会です。

また、ビタミンと免疫力についてのお話もします。骨粗しょう症予防にも関わってくるので、お子さんから年配の方、どなたが聞いても面白い話です。みなさんのご参加をお待ちしています。

時間遺伝子

骨粗しょう症予防

免疫力アップ

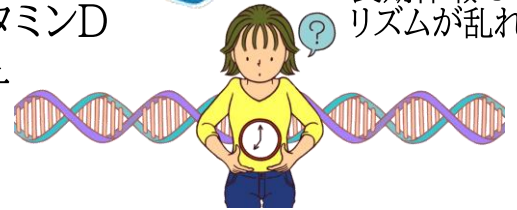
ビタミンD

体内時計



規則正しい生活

長期休暇でリズムが乱れる



★講師 山本 浩範 先生 (仁愛大学人間生活学部 健康栄養学科教授)

★開催日時 7月22日(土) 午後1時30分～3時

★開催場所 高椋コミュニティセンター 3階大会議室

★定員 80名

★申込締切 7月20日(木)まで

★申込先 高椋コミュニティセンター (TEL68-0843)

★申込方法 下記の申込書または電話にて申込ください

※電話受付は平日の8時半から17時まで

講師紹介

福井県南越前町出身
 徳島大学大学院栄養学研究科
 博士課程修了後、米国ウイシコン
 マリオン大学生化学講座博士研
 究員を経て、仁愛大学教授と
 なる。

専門分野

臨床栄養学、腎臓栄養代謝学、
 分子栄養学、骨ミネラル代謝
 学、時間栄養学

✂️ **食育講演会「時間栄養学の視点とコロナ・インフルに負けない栄養の話」申込書**

	①	②	③
氏名(年齢)	(才)	(才)	(才)
区名			

※この用紙で3人まで申込できます(コピー可)。ご家族(お子様連れも可)、お友達お誘いあわせてお越しください。