

放送大学 公開講座

共催：山梨県立図書館「かいぶらりシチズンカレッジ」

【演題】 食生活と生活習慣病

【概要】

近年、食生活の欧米化とともに生活習慣病を罹患する日本人が急激に増加しています。それとともに、様々な健康補助食品などの栄養に関する情報が氾濫し、個々人が、栄養学を理解する必要性が増してきています。本講座では、栄養学の最も基礎となる5大栄養素（糖質、タンパク質、脂質、ビタミン、ミネラル）の役割【エネルギー源となる栄養素（糖質、脂質、タンパク質など）、体を形作る栄養素（タンパク質、ミネラルなど）、代謝を助ける栄養素（ビタミン、ミネラルなど）】を概説します。

【講師】 望月 和 樹 （放送大学客員教授・山梨大学教授）

【日時】 2021年12月11日（土）
13:30 ~ 15:00

【会場】 山梨県立図書館2階多目的ホール



〈講師：望月和樹〉

食生活と生活習慣病に関する研究を、基礎から応用に繋がるようなところまで幅広く研究しています。特に、人間のライフステージ（妊娠期、発育期、生活習慣病期、高齢期など）の病気と栄養に関する研究を進めています。専門分野：食品学、栄養学

定員：40名

入場無料

〈お問合せ・申込先〉

放送大学山梨学習センター

TEL：055-251-2238

FAX：055-251-2193

Eメール：yamanashi-sc@ouj.ac.jp

どなたでもお気軽にご参加ください。

裏面の申込書又は電話、FAX、メールでお申し込みください。なお、当日参加も可能です。

放送大学公開講座申込書

演題：食生活と生活習慣病

日時：2021年12月11日（土）13:30～15:00

ふりがな	
氏名	
住所	〒
電話番号	
放送大学募集要項の要否	必要 ・ 不要 (いずれかに○を付してください。)

FAX（055-251-2193）又はメール、電話で上記情報を山梨学習センターまでお送りください。

※ 記載していただいた個人情報は、公開講座に係る業務以外には使用しません。また、第三者に個人情報を提供することはありません。

山梨県立図書館位置図

