

各 位

(社)徳島県栄養士会
会長 原田満智子
(公印省略)

平成21年度 「もっと知りたい『野菜と植物性乳酸菌』セミナー」(開催案内)

あけましておめでとうございます。

本年も栄養士会活動へのご支援・ご協力のほどよろしくお願い致します。

さて、下記の要領にて、標記セミナーを開催いたします。

多くの会員のご参加をお願いします。

1. 趣 旨

近年、生活習慣の変化から、生活習慣病と呼ばれる病気が増えてきています。

この生活習慣病は、食生活や運動、休養などの日頃の生活習慣を見直すことで予防することが可能です。その中で最も大きな役割を果たしているのが食習慣であると言われています。

生活習慣病の一次予防の為に、バランスの良い食生活を送る必要があります。

そのお手伝いをするのが野菜です。野菜は脂肪分が少なく、かつビタミン、ミネラル、食物繊維を多く含んでおり、また色素やその他の成分が、様々な病気の予防に有効であることが判ってきました。日常的な食生活において、野菜を効率良く摂取することが、生活習慣病の予防に対して最も手軽で、かつ重要な方法です。

今回の講演では「野菜と健康」というテーマで、野菜摂取の重要性と、最近の研究から野菜を摂ることの有効性をお話します。

記

2. 共 催 (社)徳島県栄養士会 (社)日本栄養士会

3. 後 援 カゴメ株式会社

4. 開催日 平成22年2月13日(土) 13:00~17:00(12:30~受付)

5. 場 所 四国大学交流プラザ 5階ホール (*専用駐車場はありません)

〒770-0831 徳島市寺島西2丁目35-2 088-602-4858

6. 日 程 12:30~13:00 受 付

13:00~13:10 開会挨拶

13:10~14:50 講 演 演題 「野菜と健康について(仮)」

講師 中村学園大学栄養科学部

教授 太田 英明 先生

14:50~15:00 休 憩

15:00~16:40 講 演 演題 「野菜を上手に摂る10の提案」

「植物性乳酸菌の魅力」

講師 カゴメ株式会社 担当者

16:40~ 閉会挨拶

申し込み締切日 2月8日(月) ・Fax・メールにて申し込み下さい。

申し込み先 (社)徳島県栄養士会 〒770-0941 徳島市万代町五丁目7-3

/FAX 088-626-0166 e-mail:toku-eiyou@nifty.com

FAX 088-626-0166

徳島県栄養士会 行

年 月 日

平成21年度「もっと知りたい『野菜と植物性乳酸菌』セミナー」に参加申し込みます。

氏 名	
協 議 会	
連絡先(電話)	

四国大学交流プラザ地図

* 当プラザの専用駐車場はありません。

