大阪狭山市立公民館　成人大学講座　　帝塚山学院大学共催

栄養と健康にかかわる講座

「現代生活と身近な健康管理」

まだまだ油断できませんが、コロナもやや終息し、だんだん普段の生活が戻ってきました。旅行や食事など出かける機会も増えてきました。

ところが、グローバル化の現代は、いつ感染症が拡大するかもわかりません。今回のパンデミックでも基礎疾患と重症化の関係が取りざたされました。

常日頃の生活の中で、健康を意識することが大事です。食物の機能や栄養、安全など、様々な観点から、自分にふさわしい知識を蓄え、身近な健康管理に活かしましょう。

10 月 21 日開講　　午後 2 時～4 時

① 10/21	**齋藤洋昭さん**	帝塚山学院大学 食物栄養学科教授
② 10/28	**西川禎一さん**	帝塚山学院大学人間科学部 学部長　食物栄養学科教授
③ 11/11	**細川雅也さん**	帝塚山学院大学 食物栄養学科教授
④ 11/18	**辻本洋子さん**	帝塚山学院大学 食物栄養学科教授
⑤ 11/25	**足達哲也さん**	帝塚山学院大学 食物栄養学科教授

コーディネーター：帝塚山学院大学生涯学習センター

【対　象】18 歳以上の人
【定　員】50 人
【参加費】1000 円（5 回分）
【場　所】大阪狭山市立公民館　多目的室

お問合せ:大阪狭山市立公民館　TEL:072-366-0070