

# 『若さの栄養学』秋の講演会のご案内

肥満、高血圧、糖尿病、虚血性心疾患、肝機能障害といった身近な生活習慣病へ対応していくためには、食事や運動のみならず「良い睡眠」も大切ということがわかってきました。今回は、睡眠と生活習慣病の関係をご専門の先生にお話しいただきます。また、災害時の栄養や防災のために気を付けておくべきことなどを管理栄養士の先生にお話しいただきます。皆さまお誘い合わせの上ご来場下さい。

**会場** 聴講無料、先着100名様、申込不要、直接会場へお越し下さい

と き：平成30年**11月20日(火)** 午後**1:30 ~ 3:30**

ところ：**大阪産業創造館 6階 会議室E**（大阪市中央区本町1-4-5）  
（地下鉄堺筋線・中央線 堺筋本町駅下車，⑫番出口 東へ徒歩5分）

演 題：

## 1. 睡眠と生活習慣病

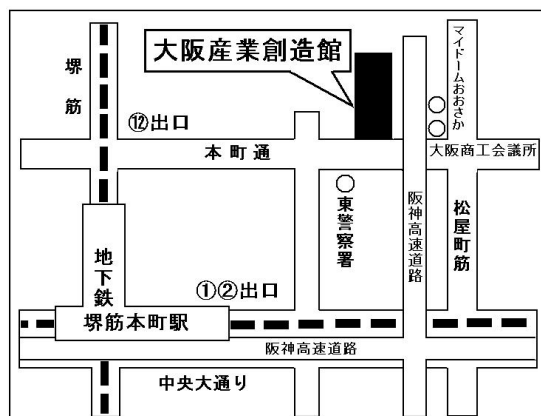
大阪がん循環器病予防センター 予防推進部長 **岡田 武夫**

## 2. 自助の力を高め、 着実に踏み出そう ～災害に強くなるために～

（社）健康栄養支援センター 災害対策栄養部長  
管理栄養士 **辻井侑里子**

後 援：社福）朝日新聞厚生文化事業団 ・ 公社）大阪府栄養士会

### [会場地図]



主催・お問い合わせ先

一般財団法人 **若さの栄養学協会**

〒530-0015

大阪市北区中崎西2-6-3-406

TEL・FAX 06-6359-0555

【ホームページ】

<http://www.wakasanoeiyougaku.com/>