

学びが
いっぱい

食と健康を

まなぶ会 2022 VOL.2

好評につき
＼(^o^)/

1回の講座で3つ学べる♪ ふだんあまり身近に聞けない「食」や「健康」のお話 第2弾♪



※前回の講座をYouTubeでご覧いただくとより深く理解いただけます。→

病

病気と食生活(その2) ～がんの治療と食事について～

いの町立国民健康保険仁淀病院 名誉院長・食と健康を学ぶ会理事長 **松浦喜美夫**

前回はがんを起こす原因や食物栄養とがんとの関連、がん予防のための食生活についてお伝えしましたが、今回はがんの治療中や治療後の食事について話します。



特

身近な食品で健康づくり(その2)～様々なトクホ商品の紹介とトクホの未来～

高知大学理事・副学長・食と健康を学ぶ会副理事長 **受田浩之**

前回は引き続いてその2では、市場にはどのようなトクホがあるのか、具体的なトクホ商品の紹介と、トクホの課題や未来について考えてみます。



在

在宅療養を支える(その2) ～在宅療養での栄養管理・食生活を支える～

(一社)高知在宅ケア支援センター統括管理者・食と健康を学ぶ会理事 **安岡しずか**

前回は訪問看護サービスとはどんなものかお伝えしましたが、今回は病気や障害を抱えながら在宅療養されている方々の食事支援や栄養管理方法などを話します。



♪ 参加者のいろんな声♪ 10/15講演会より(抜粋)

- ・病気予防にはバランスの良い食事がいかに大切かがわかりました。
- ・トクホって見たことあるけれど何か知りませんでした。第一歩です。
- ・もっと多くの人に聞いてほしいと思いました。
- ・3講演、短時間集中講座でポイントが明確で理解しやすかったです。

日時

令和4年12月10日(土) 受付14時～

14時30分開演～16時30分終了

会員
募集中

場所

高知県ふくし交流プラザ 研修室D 高知市朝倉戊375-1

申込み
問合せ

NPO法人 食と健康を学ぶ会 事務局

※裏面をご覧ください

@kochi.shokutokenko

