

好評につき
第3弾(No.3)

食と健康を

まなぶ会 2022 VOL.3

一緒に楽しく学ぼう！食と健康を学ぶ会がお届けする短編講座シリーズ 第三弾♪



※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。

司会進行: 黒笹慈幾 (南国生活技術研究所・食と健康を学ぶ会理事)



病

病気と食生活(その3) ～～がんの治療後の食事について～

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**
 これまで2回にわたり、がんの予防と食生活や、がん治療中の食生活を話してきました。
 今回はがんの治療法、特に手術療法、臓器を切除する治療によって引き起こされる不具合や合併症などに対処する食生活などについてお話します。



特

身近な食品で健康づくり(その3)～機能性表示食品の紹介とトクホの比較～

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**
 これまで2回にわたり、「特定保健用食品(トクホ)」についてお話してきました。
 今回はいよいよ「機能性表示食品」についてご紹介します。「トクホとの違い」や「どちらがより消費者にとって価値があるのか」など、皆さまのご関心が高い耳寄りな情報をお届けします！



病

高齢者に多い「誤嚥性肺炎」についてくわしく学ぶ

南国中央病院 院長・食と健康を学ぶ会副理事長 **宮本 寛**
 肺炎と脳卒中は、日本人の死因の第3位または4位を争っています。何故肺炎になるのか、どうすれば予防できるのか。特に高齢者に多い誤嚥性肺炎についての話をします。



日時

令和5年3月11日(土) 受付14時30分～

15時開演～17時終了(終わり次第終了)

会員
募集中

場所

高知県ふくし交流プラザ 2階 高齢者能力開発室
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



主催 特定非営利活動法人 食と健康を学ぶ会

後援(申請中) 高知県、高知県医師会、高知県看護協会、

高知県国民健康保険団体連合会、高知県栄養士会、高知県社会福祉協議会



参加お申込み用紙

**先着30名
要申込**

- ・入場は無料ですが、定員をもうけているため、事前申込みをお願いします。
- ・定員に達し次第しめさせていただきます。

■ F A X で申込みする F A X 番号：088-882-6477

氏名	連絡先
メールアドレス	職業
ご住所 〒 -	
※今後、ご案内をお送りしてもよろしい方はお書きください。	

複数人で来られる場合は、全員のお名前と連絡先をご記入願います。

氏名	連絡先
氏名	連絡先



↑こちらからも
申し込みできます

■メールで申込みする 上記の項目と同じ内容をお知らせください。

申込みアドレス：shokutokenkoumanabi@yahoo.co.jp

■電話で申込みする 受付電話番号：088-882-6477

※不在の時は留守番電話に入れていただきましたら折り返し連絡させていただきます

★ふくし交流プラザへの行き方 高知市朝倉戊375-1

お車でお越しの場合、駐車場はございますが台数に限りがあります。

できるだけ、公共交通のご利用をお願いいたします。

< JR高知駅から >

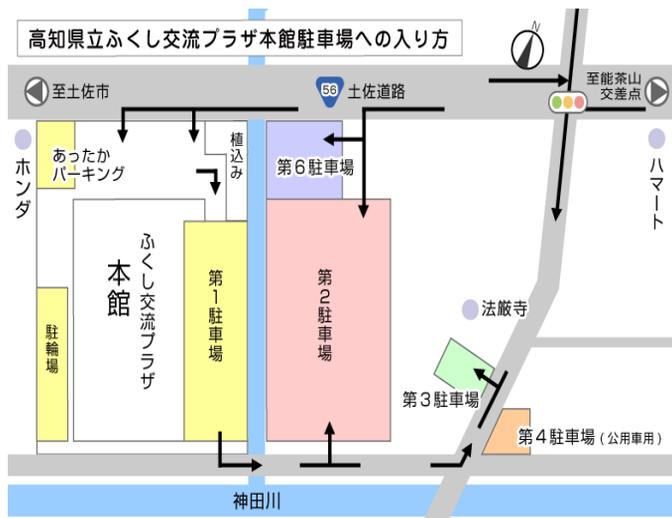
①路面電車に乗車、はりまや橋で下車、とさでん交通バスの堺町バス停から「X3天王ニュータウン」「X4八田」「X5高岡」行きのバスに乗車、朝倉第二小学校前で下車。

またはタクシーで約20分

< JR朝倉駅から >

①とさでん交通バスの「Y1学芸高校」「Y2天王ニュータウン」「Y3八田」「Y4高岡」「Y5須崎」「Y6宇佐」行きのバスに乗車、国立病院前で下車、バスの進行方向から見て左方向(南)へ徒歩約10分。(バス停前方の信号を左折)

またはタクシーで約7分



★注意事項

コロナウイルス感染症の今後の発生状況により、中止または延期する場合がありますのでご了承願います。

下記の要件に該当する場合は、受講をご遠慮いただく可能性が場合があります。

※37.5℃以上の発熱、または風邪症状(咳・のどの痛み・下痢・嘔吐・倦怠感等)のある方。同居されているご家族に上記の症状がある方。新型コロナウイルスに感染または感染疑いのある方に濃厚接触があつてから5日以内の方。

■お問い合わせ先

食と健康を学ぶ会事務局

担当：山本

TEL & FAX 088-882-6477(月~金 9時~17時)

メール：shokutokenkoumanabi@yahoo.co.jp