

# 食と健康

かごしま県民大学連携講座

## 2024年度 鹿児島県立短期大学公開講座

食は健康な生活の根幹となります。

また、適切な運動も、

食と同様に健康な生活には欠かせません。

本講座では、食と健康について、

さまざまな視点から

考えていきたいと思えます。

第1回 5月18日(土) 古川 那由太(生活科学科 助教)  
美味しいだけじゃない!?酵母がもたらす恵み

第2回 5月25日(土) 中西 智美(生活科学科 准教授)  
食へることへの心配り  
～special needsのある子供たちからの学び～

第3回 6月1日(土) 木下 朋美(生活科学科 助教)  
鹿児島の「茶いっぺ」で心も体も健康に

第4回 6月8日(土) 冨田 司(生活科学科 教授)  
メリット、デメリットを知ろう! 食品添加物

第5回 6月15日(土) 中熊 美和(生活科学科 助教)  
鹿児島の食文化～出汁を中心に～

第6回 6月22日(土) 有村 恵美(生活科学科 准教授)  
健康寿命アップ～少し考えながら食べる～

第7回 6月29日(土) 中島 一喜(生活科学科 教授)  
食品成分の新しい機能

第8回 7月6日(土) 浜田 幸史(生活科学科 教授)  
食欲増進!健康増進!加齢を勉強!華麗に運動!

日時:令和6年5月18日～7月6日 毎週土曜日 13:30～15:30 全8回

場所:鹿児島県立短期大学 3号館 第14講義室

定員:40名 (定員になり次第、締め切らせていただきます。)

募集期間:令和6年4月8日(月)～5月10日(金)

対象者:一般県民 受講料:無料

### 【申込方法】

住所・氏名・年齢・電話番号のほか「公開講座希望」と明記して、以下のいずれかの方法で申し込んでください。

Fax:099-803-4473

Email: kentankyo@pref.kagoshima.lg.jp

ハガキ:〒890-0005 鹿児島市下伊敷1-52-1 鹿児島県立短期大学 教務課