

## 『生活習慣病と食生活』



講師 神戸学院大学 栄養学部  
教授 岸本 律子 氏

生活習慣病の多くは自覚症状がほとんどありませんが、いったん重症化すると日常生活に大きな影響を与えます。また、誰でも、「元気だった人が、突然、心臓発作で、あるいは脳梗塞で死亡」という悲しい出来事を経験されたことがあるでしょう。その時になって初めて気がつくのです。生活習慣病だったのかと。生活習慣の改善によって病気を予防することができます。生涯にわたり生き生きと安心して質の高い生活を実現するために、食生活の面からお話します。

日 時 平成24年12月18日(火) 午後2時～4時

場 所 明石市立産業交流センター 4階研修室1  
(JR 大久保駅 徒歩2分)

定 員 50人 (先着順) ※定員になり次第締め切ります。

申込先等 (財) 明石市産業振興財団

〒674-0068 明石市大久保町ゆりのき通1丁目4-7

TEL: (078)936-7917 FAX: (078)936-7916

(FAXがない場合は、お電話で受け付けます)

特に参加証の発行等はいたしません。

参加に関して連絡事項がある場合や定員を超えてお断りする場合のみご連絡をいたします。

共 催 神戸学院大学・(財) 明石市産業振興財団

..... 切り .....

(財) 明石市産業振興財団 宛 (FAX: (078)936-7916)

### 12.18 神戸学院大学健康セミナー受講申込書

住 所 \_\_\_\_\_ 電 話 \_\_\_\_\_

氏 名 \_\_\_\_\_ F A X \_\_\_\_\_

事業所名 \_\_\_\_\_