

健美のための 時間栄養学のススメ

～体内時計を整えて、肥満・病気を予防しよう～

体内時計が乱れると肥満・病気になりやすいことがこれまでの研究で明らかになっています。

体内時計は、朝食を取ることでリセットされます。

また、いつ、どのような量を、どのような速さで、どのような順序で

食べるのが肥満・病気予防に効果的なのかを時間栄養学の

第一人者である香川靖雄女子栄養大学副学長よりご講演いただきます。

講師

香川 靖雄 氏 (女子栄養大学副学長)

日時

2019年3月8日(金)
14:30～16:00 (開場 14:00)

場所

国立劇場おきなわ 小劇場
(浦添市勢理客 4-14-1)

定員

250名 (事前申込み制)

参加費
無料

お申込み・お問い合わせ

【HPまたはフォーム】

ホームページ

(<https://www.okinawa-kenbi.net>)
またはQRコードからお申し込みください。



【電話またはFAX】

TEL: 098-894-8087 (平日 9:00～18:00 担当: 照屋、伊佐)

FAX: 098-993-7677 裏面の申込票からお申し込みください。

※取得した個人情報は、本セミナーの目的以外には使用いたしません。

Healthy
&
Beauty

主催

Okinawa Health and Beauty Network
おきなわ健美ネットワーク事務局

〒903-0213 沖縄県中頭郡西原町字千原1番地

琉球大学産学官連携棟3階 (株式会社沖縄TLO内)

TEL: 098-894-8087 E-mail: info@okinawa-kenbi.net

後援

●沖縄県

●公益財団法人沖縄県保健医療福祉事業団

本活動は、沖縄県企画部科学技術振興課委託事業
「成長分野リーディングプロジェクト創出事業」により実施しています

健美のための時間栄養学のススメ ～体内時計を整えて、肥満・病気を予防しよう～



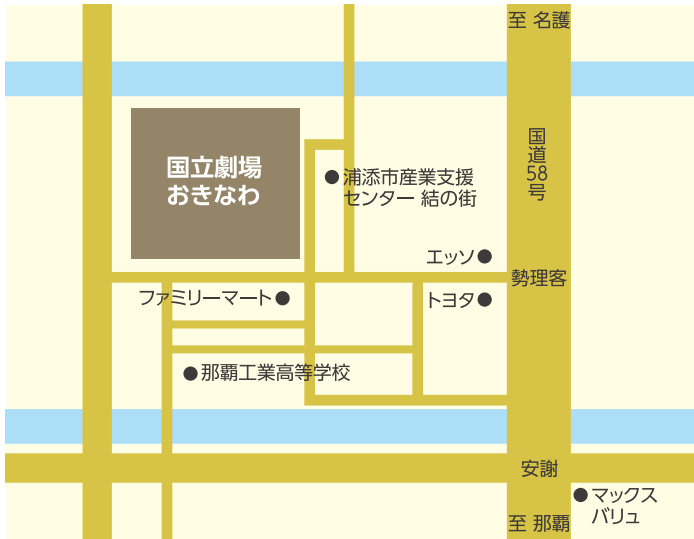
講師
香川 靖雄 氏

女子栄養大学副学長。自治医科大学名誉教授。

1932年東京都生まれ。57年東京大学医学部卒業。
聖路加国際病院、東京大学医学部生化学教室助手、
米国コーネル大学生化学分子生物学客員教授、
自治医科大学生化学教授などを経て、現職。
専門は生化学、分子生物学、人体栄養学ほか。
「時間栄養学～時計遺伝子食事のリズム」、
「食べる量が少ないのに太るのはなぜか」、
「香川靖雄教授のやさしい栄養学」など著書多数。
動脈硬化の予防につながる葉酸を含む野菜の
積極的な摂取を推進する「葉酸プロジェクト」を
埼玉県坂戸市と共同で実施している。



国立劇場おきなわ
(TEL:098-871-3311)



参加申込票

(FAX:098-993-7677)

参加者氏名

参加者氏名

Okinawa Health and Beauty Network おきなわ健美ネットワーク事務局

【おきなわ健美ネットワークとは】

健康や美容に関心のある方を会員として募り、モニター試験等により健康や美容に関連する県内企業の商品・サービスの開発を支援します。
また、科学的根拠に基づいた健康と美容に関する講演会等を開催することにより県民の健康増進に寄与する組織です。

【会員を募集しています】

- ◆18歳以上の方が対象です。
- ◆健康と美容に興味のある方、沖縄の食材を使った健康と美容に関する科学的な評価試験に参加していただける方

※年会費・登録料はありません。
ただし、ご案内する講習会等では参加費が必要な場合もあります。
※会員に有効期限はありません。

【会員登録はこちらから】

- ◆ホームページからアクセスしてください。

おきなわ健美ネットワーク

- ◆QRコードからアクセスしてください。



【お問い合わせ先】

〒903-0213
沖縄県中頭郡西原町字千原1番地
琉球大学産学官連携棟3階 (株式会社沖縄TLO内)
担当：廣瀬、照屋

098-894-8087

info@okinawa-kenbi.net

https://www.okinawa-kenbi.net