

食品・健康・農林水産分野でご活躍のみなさまへ

参加無料

令和3年度 大学教員による公開講座

オンライン開催

## 「食事で健康を科学する」

### 第1回「体重の恒常性を担う生体内機構」

12/10 (金) 12:40~14:10

講師

河野 大輔 先生

群馬大学生体調節研究所・助教

(概要)

体重は、精密に制御されており、短期間で大きく変化することは少ない。一方で、近年、肥満者が世界的に急増している。体内で、エネルギーバランスがどのように調節されているのか、そして、それがどのように破綻していくのかについて、最新の知見を紹介する。

### 第2回「脂肪酸の組成と健康」

12/10 (金) 14:20~15:50

講師

松井 弘樹 先生

群馬大学大学院保健学研究科・准教授

(概要)

脂質の基本成分である脂肪酸は、生体のエネルギー源や細胞膜の構成成分などに利用されますが、こうした脂肪酸の組成が、生体に様々な影響を与えることが知られています。本講義では、食習慣と脂肪酸バランスが健康に与える影響について解説します。

### 第3回「アレルギー、呼吸器疾患と食の関連~体に良い脂肪酸のはなし」

12/10 (金) 16:00~17:30

講師

久田 剛志 先生

群馬大学大学院保健学研究科・教授

(概要)

食の健康からアレルギーの問題にもアプローチしていこうというのがテーマです。DHAやEPAは体に良いと言われますが、その代謝産物である脂質メディエーターを用いることによって、アレルギーの発症予防や治療に役立てることを目標として研究をしておりますので関連するお話をいたします。

### 第4回「食事管理行動に関するセルフマネジメント」

12/17 (金) 12:40~14:10

講師

岡 美智代 先生

群馬大学大学院保健学研究科・教授

(概要)

この授業では、健康的な食事が必要だと頭でわかっているにもかかわらず、実際には適切な行動はできない人はたくさんいることを理解し、食事管理行動に影響する要因と、健康的な食事管理行動の支援方法について学びます。

開催方法：Zoomを使ったのオンライン講座

※申込時に受けたい講座を選択してください（複数可）

参加費：無料

お申し込みはこちら ⇒



URL：<https://forms.gle/epvZHGCjnmwvaiRAA>

【お問合せ】

〒371-8510

群馬県前橋市荒牧町4-2

国立大学法人群馬大学

研究推進部産学連携推進課 荒牧センター事務室

☎：027-220-7443

✉：shokukenkou-c@jimu.gunma-u.ac.jp

