

令和4年度2学期けんしん大学講座

「健康増進による地域の活性化と健康経営」

生活習慣病に対する理解と予防 ～今日からのメタボ対策～

【講 師】
大分県栄養士会監事

中村 佳子 氏

「食べることは生きること」

健康づくりは食事が基本であることを皆様にご理解いただけると生活習慣病もメタボも改善・予防ができます。

特に大分県が健康づくりを支援するために毎日の食事について「減塩マイナス3g」「一日の野菜摂取量350g」そして「歩数プラス1500歩」を推奨しています。

一人ひとりが自覚し行動変容することにより昨年度「健康寿命日本一：男性が36位から1位、女性が4位」になりました。

県民の健康維持増進のため管理栄養士・栄養士が協力いたします。



11月19日
(土)

9:30~12:00
地域振興

中村 佳子 氏 プロフィール



出身：国東市

学歴：九州女子短期大学 食物栄養科 卒業

主な職歴：大分中村病院栄養課 管理栄養士
明野中央病院栄養科 管理栄養士

資 格： 病態栄養専門師
NST専門療法士
糖尿病療養指導士

11月受講申込書

講座	11月19日(土) 【申込締切：11月16日(水)】		
企業名		お取引先 店舗	
氏名		年代	10代20代・30代・40代・50代・60代
TEL		Email	

お申込み方法

○HPで予約する

<https://www.oita-kenshin.co.jp/jyukou/>

○FAXで予約する 097-534-8581



【個人情報の取り扱いについて】

・本申込により取得しました個人情報については、次の目的で利用いたします。
けんしん大学の受付・管理・運営および参加者名簿の作成、講師・参加者への参加者名簿の配布並びに顧客分析、市場調査のために利用いたします。
・本申し込みにより取得しました個人情報については、個人情報保護法に定める場合を除いて、ご本人の同意なく、前記利用目的以外の利用および第三者提供は致しません。
以上の【個人情報の取り扱いについて】に同意して

申込みします 同意しません

お申込み上の注意

- ・事前のお申し込みが必要です。
※受講料：無料
- ・けんしん大学で撮影した写真・動画等は広報媒体へ使用することがあります。

会場のご案内

大分県信用組合
本店5階 大ホール
大分市中島西2丁目4番1号
電話：097-534-8200（代表）

- ※駐車場は無料ですが、台数が限られております。
- ※会場は参加人数により異なる場合もございます。
- ※新型コロナウイルス感染拡大防止の為、マスクの着用をお願いします。座席の間隔をあげ、換気・消毒等の対策を十分に行った上で開催致します。

