

令和7年度1学期けんしん大学講座

テーマ：健康寿命延伸・健康経営への取組み

人生100年時代を支える“食”の力

～あなたの“ちょうどいい”を見つけよう～

【講師】

別府大学 食物栄養科学部 食物栄養学科
教授 平川 史子 氏

令和7年
6月21日
(土)

10:00

～

11:30

生活習慣病やサルコペニア・フレイルを予防するためには、自分に合った“ちょうどいい”食べ方を見つけることが重要です。

今回は、「健康にいい食事って結局どうすればいいの？」と感じている方に、明日から無理なく続けられる食習慣のコツを紹介します。

講師 平川 史子 氏 プロフィール



宮崎県出身

別府大学 食物栄養科学部 食物栄養学科 教授

<最終学歴>

福岡県立福岡女子大学院人間環境学研究科栄養健康科学専攻修士課程修了

<職歴>

- ・宮崎県立延岡病院 管理栄養士
- ・株式会社福岡ダイエーホークス
(現福岡ソフトバンクホークス) 球団管理栄養士
- ・別府大学 食物栄養科学部 食物栄養学科

主な研究分野 ライフステージ栄養学・スポーツ栄養学など

講座	人生100年時代を支える“食”の力 ～あなたの“ちょうどいい”を見つけよう～ 【講師】 別府大学 食物栄養科学部 食物栄養学科 教授 平川 史子 氏		
企業名		お取引先 店舗	
氏名		年代	10代・20代・30代・40代・50代・60代以上
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
 媒体へ使用する場合があります。

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がございます。

