

**入場無料**

知っているようで知らないことがいっぱい!! あなたの生活に根差す「食」と「健康」短編講座

# 食 と 健康 を

## ま な ぶ 会 2023 VOL.3

**要申込**  
**会場30名**  
**オンライン**  
**(zoom)**  
**30名**

### 特 身近な食品で健康づくり(その6)

～人生100年時代に向けての消費者行動の変化～

高知大学理事・副学長、食と健康を学ぶ会副理事長 **受田 浩之**

人生100年時代を迎えて最近特に若い世代の消費行動に変化が認められています。

その6では、その5で紹介した「疾病リスク低減トクホ」に関する最新情報や、今後の食生活の改善に向けての効果的なトクホの利活用法について、学術的なエビデンスに基づきご紹介いたします。



### 医 アルコールと健康～お酒は百薬の長か?～

高知市保健所前所長、食と健康を学ぶ会理事 **堀川 俊一**

リスクを理解した上でアルコールを楽しむためには、日本に1000万人いると言われているアルコール依存症・依存症予備軍の新しい治療法等について話します。



### 医 デジタル活用でどう変わる!?高知の医療 ～オンライン診療編～

高知大学医学部公衆衛生学准教授、食と健康を学ぶ会理事 **宮野伊知郎**

近くに医療機関がない、通院する交通手段がないなどの理由があると、日々の療養を続けることが難しくなります。今回は、ICTを通して診察を行うオンライン診療の活用方法について考えていきたいと思います。※ICT(情報通信技術)とはパソコンだけでなくスマートフォンなど、さまざまな形状のコンピュータを使った情報処理や通信技術をいいます。



第20回から第24回の講演については、YouTubeでご覧いただけます。左のQRコードを読み取ってご覧ください。



日時

令和6年2月24日(土) 受付13時～

13時30分開演～15時30分終了

場所

高知県ふくし交流プラザ 研修室D 高知市朝倉戊375-1

申込み  
問合せ

NPO法人 食と健康を学ぶ会 事務局

※お申し込みは裏面をご覧ください

会員  
募集中

# 参加お申込み用紙

- ・入場は無料ですが、定員をもうけているため、事前申込みをお願いします。
- ・定員に達し次第締めさせていただきます。★お預かりした個人情報は、当NPOの講演会事業にのみ使用し、第三者に開示することはありません。

**要申込  
会場30名  
オンライン  
30名**

■参加方法(必須)    会場参加    オンライン(zoom)参加

■FAXで申込みする      FAX番号：088-882-6477

氏名	連絡先
メールアドレス (オンライン参加の方は必ずご記入願います)	職業
ご住所 〒 -	
※今後、ご案内をお送りしてもよろしい方はお書きください。	

会場参加の方で複数人で来られる場合は、全員のお名前と連絡先をご記入願います。

氏名	連絡先
氏名	連絡先



↑こちらからも  
申し込みできます

■メールで申込みする 上記の項目と同じ内容をお知らせください。

申込みアドレス：[shokutokenkoumanabi@yahoo.co.jp](mailto:shokutokenkoumanabi@yahoo.co.jp)

■電話で申込みする      受付電話番号：088-882-6477

※不在の時は留守番電話に入れていただきましたら折り返し連絡させていただきます

## ★ふくし交流プラザへの行き方 高知市朝倉戊375-1

お車でお越しの場合、駐車場はございますが台数に限りがあります。

できるだけ、公共交通のご利用をお願いいたします。

### <JR高知駅から>

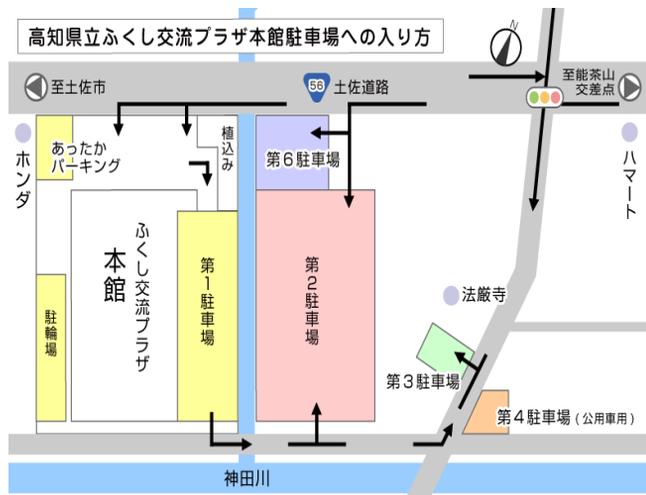
①路面電車に乗車、はりまや橋で下車、とさでん交通バスの堺町バス停から「X3天王ニュータウン」「X4八田」「X5高岡」行きのバスに乗車、朝倉第二小学校前で下車。

またはタクシーで約20分

### <JR朝倉駅から>

①とさでん交通バスの「Y1学芸高校」「Y2天王ニュータウン」「Y3八田」「Y4高岡」「Y5須崎」「Y6宇佐」行きのバスに乗車、国立病院前で下車、バスの進行方向から見て左方向(南)へ徒歩約10分。(バス停前方の信号を左折)

またはタクシーで約7分



## ■お問い合わせ先

食と健康を学ぶ会事務局 担当：山本  
TEL & FAX 088-882-6477  
メール：[shokutokenkoumanabi@yahoo.co.jp](mailto:shokutokenkoumanabi@yahoo.co.jp)

@kochi.shokutokenko

