

健康と腸年齢(仮)

老化を計る指標として、血管年齢や骨年齢が問題とされてきたが、腸年齢も大きく影響することが分かってきた。腸は食物の栄養を消化吸収するのみならず、そこに住む腸内細菌によって、ビタミン類が合成されるなど、様々な役割を果たしている。腸内細菌叢（腸内フローラ）は年齢差や個人差があるが、善玉菌は、生活習慣病を予防したり、肌を整えるなどといった効果が関心を集めており、また、がんの発生を抑制したり、免疫とも深く関わっていることが分かってきた。今回の「健康づくり提唱のつどい」は、今日的課題である健康寿命延伸のために腸年齢がどのように関わってくるかについて、最新の情報を知ることである。

☆ 日 時：2019年7月6日（土） 午後1時50分～午後5時

（開場：午後1時20分）

☆ 場 所：石川県地場産業振興センター 本館 2階 第1研修室

石川県金沢市鞍月2-1

☆ 対 象：管理栄養士、栄養士 他 健康に関心のある方

☆ プログラム

- ◇ 13:20～13:50 開場・受付
- ◇ 13:50～14:00 開会挨拶 (公社)石川県栄養士会 会長 新澤祥恵
- ◇ 14:00～15:30 講演 I
- ◇ 15:40～16:40 講演 II
- ◇ 16:40～16:50 閉会挨拶 (公社)石川県栄養士会 副会長 水野洋子

◇講演 I 「健康と腸年齢(仮)」(90分)

国立研究開発法人理化学研究所 産業連携本部 イノベーション推進センター
 辨野特別研究室 特別招聘研究員 辨野 義己 氏

◇講演 II 「乳酸菌の新たな可能性(仮)」(60分)

～L.プラントルム YIT 0132 のアレルギー症状軽減効果について～

ヤクルト中央研究所講師

主 催 公益社団法人石川県栄養士会

協 力 ヤクルト

* 駐車場に限りがありますので、公共交通機関もご利用ください。

●お名前・勤務先(電話番号)・職業を明記し、FAXでお申込みください。

お申込みFAX番号 076-259-5062

7月6日(土)開催 「健康づくり提唱のつどい」FAX用 参加申込書 6/21(金)〆切		
お 名 前	勤 務 先 (TEL)	職 業