

家族みんなで健康達人



どなたでもご参加頂けます!

参加費
無料

平成 29 年度農林水産省 健康な食生活を支える地域・産業づくり推進事業 / 「長野県機能的農産物などの食による健康都市づくり支援事業」

第1回 健康生活の達人教室

日時 7月2日(日) 13:00~16:00
(受付 12:30~)

場所 信州大学 松本キャンパス
地域保健推進センター 3階 多目的講義室

テーマ 健康改善のデータを読む

信州大学人文学部
講演 菊池 聡 教授

13:00~13:10 開会の挨拶 信州大学学術研究院保健学系長・教授 金井 誠
「健康生活の達人教室」について
信州大学地域総合戦略推進本部長 林 靖人

13:10~13:55 講演 あやしい健康法・治療法にだまされないために
~思い込みのワナを見抜くコツ~
信州大学人文学部 教授 菊池 聡

13:55~14:10 もち麦プロジェクトについて
信州大学学術研究院保健学系 准教授 日高 宏哉

<休憩 15 分> 「活動計」体験コーナー

14:25~15:25 健康改善に関するお話

① 本当に1万歩必要だと思いますか?
信州大学学術研究院保健学系 教授 大平 雅美

② お通じ日記は健康管理にどうして大切なのか?
信州大学学術研究院保健学系 教授 會田 信子

③ 腸内フローラとはなに?
信州大学学術研究院保健学系 准教授 小穴 こず枝

④ 健康によい商品をどうPRするか?
株式会社はくばく 市場戦略本部 開発部 研究開発グループ 松岡 翼

<質問コーナー 30 分>

15:55~16:00 次回の開催案内、閉会の挨拶



埼玉県出身 信州大学人文学部教授・信州大学地域防災減災センター長。
日常生活の中で、私たちが知らず知らずに「誤った思い込み」に陥ってしまう仕組みや、それを防ぐ対策について、実践的な心理学の研究を行っています。

主催 信州大学 医学部保健学科、学術研究・産学官連携推進機構

お問い合わせ 0263-37-2075

共催 長野県次世代ヘルスケア産業協議会 / 松本市 / 特定非営利法人SCOP / 株式会社はくばく / 株式会社三菱総合研究所