

**11月12日** **土**  
**14:00~15:30**

フードスペシャリストの  
夢と社会貢献を考える

共 催：公益社団法人 日本フードスペシャリスト協会

**11月13日** **日**  
**14:00~15:30**

メタボ・ロコモを  
予防する身体活動・運動

講師：宮地 元彦 先生

国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所  
健康増進研究部 部長

後 援：一般社団法人全国栄養士養成施設協会



会場

**聖徳大学1号館**

(JR常磐線・新京成線「松戸駅」下車、東口徒歩5分)



定員

**200名** (申込不要・入退場自由)



主催

**聖徳大学人間栄養学部**



後援

松戸市教育委員会  
市川市教育委員会  
柏市教育委員会  
取手市教育委員会

**参加費  
無料**



# 内容



## フードスペシャリストの夢と社会貢献を考える

11/12 土  
14:00~15:30

フードスペシャリスト資格とはどのようなものなのか、これから資格を取得しようという学生や一般市民の方には、資格を活かして活躍している姿をイメージしづらいという課題があります。本講演では、社会で活躍するフードスペシャリスト資格取得者を講師に招き、パネルディスカッションを通して、①資格を取ることの意味、②資格を生かしての活動、③有資格者としての社会的責任、④資格を取得したことへのメリット、⑤これから資格を取る方へのメッセージ等について、参加者の皆様と一緒に考えます。

共催 公益社団法人 日本フードスペシャリスト協会



## メタボ・ロコモを予防する身体活動・運動

11/13 日  
14:00~15:30

メタボ(メタボリックシンドローム)とロコモ(ロコモティブシンドローム)は、健康寿命の延伸を阻害する要因として注目されている健康管理上の課題です。メタボとは、内臓脂肪型肥満(内臓肥満・腹部肥満)に高血糖・高血圧・脂質異常症のうち2つ以上を合併した状態をいいます。内臓脂肪が過剰にたまっていると、糖尿病や脂質異常症、高脂血症といった生活習慣病を併発しやすくなってしまいます。一方、ロコモとは、運動器の障害による要介護の状態や、要介護リスクの高い状態を示しています。つまり、足腰の骨、関節、筋力の劣化が歩行困難をもたらす運動器症候群のことをいいます。こうなると、どうしてもその関節を十分使わないことになり、その関節の周りの筋肉の力が低下してくることになります。本講演では、健康寿命の延伸を阻害するこの2つの要因の予防・改善法として、「健康づくりのための身体活動・運動の実践」のための正しい知識について説明します。



国立研究開発法人  
医薬基盤・健康・栄養研究所  
健康増進研究部 部長

宮地 元彦 先生

川崎医療福祉大学、助手、講師、助教授、国立健康・栄養研究所室長を経て現職。運動生理学、健康スポーツ科学分野での研究を行っています。

後援 一般社団法人 全国栄養士養成施設協会



聖徳大学

SEITOKU

<http://www.seitoku.jp/univ>

問い合わせ先

聖徳大学 知財戦略課

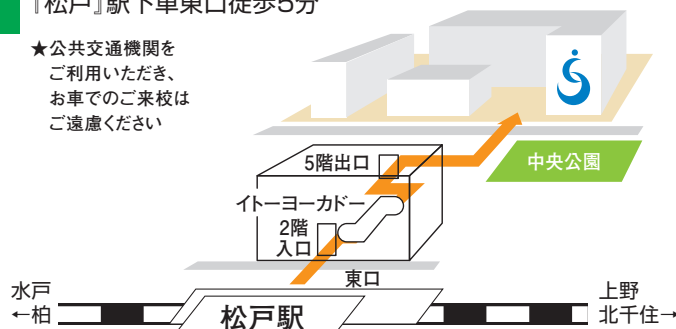
〒271-8555 千葉県松戸市岩瀬550

047-365-1111 (大代表)

### アクセス

JR常磐線・JR乗り入れ地下鉄千代田線・新京成線  
「松戸」駅下車東口徒歩5分

★公共交通機関をご利用いただき、お車での来校はご遠慮ください



イトヨーカドー内エスカレーターを利用できます。  
閉店時は正面の通路階段をご利用ください。