



## 「食品栄養学」 開講のご案内

### 第1回 5月22日(火) 13:30~15:00 「古代日本人の食生活」

講師:吉田 茂男 (国立研究開発法人理化学研究所 名誉研究員 アドバイザー、「社団」テラプロジェクト 副理事長  
「社団」まちラボ産学技術ユニオン 代表理事)

古代日本人は、本格的な農耕を行わず、狩猟採集を基盤としながら、1万年もの長期にわたって持続可能な社会を作りあげていた。従来の文明論を根底から揺さぶる、その秘密を探ります。

### 第2回 6月5日(火) 13:30~15:00 「-5 大栄養素を学ぶ- お砂糖・糖質、かしこく生かす方法」

講師:小林 昭雄 (大阪大学名誉教授 招聘教授・(一社)テラプロジェクト 理事長)

甘い糖、甘くない糖。水あめや甘酒はなぜ甘いのか? 虫歯菌が嫌う甘い糖。糖の働き、特徴について学びます。

### 第3回 6月12日(火) 13:30~15:00 「食から見た遺伝と遺伝子1」

講師:木村 泰裕 (大阪大学 特任助教「社団」国際スーパーフード学術機構 事務局長 羽衣国際大学 非常勤講師)

今日の献立は、遺伝子に聞いてみなさい。遺伝子特性に沿った献立作りが必要です。

遺伝子と健康との関わり、遺伝子診断とテーラーメイド栄養指導について解説します。



### 第4回 6月26日(火) 13:30~15:00 「長寿の秘訣は「そしゃく」で決まる」

講師:哇西 克己 (大阪大学歯学部附属病院 栄養管理室 副室長・博士(環境人間学))

咀嚼は人が生きてゆくために必要な栄養素を食物として口から取り入れる営みの一部であり、脳の活性化にも繋がります。咀嚼の大切さと長寿との関係を解説します。

### 第5回 7月3日(火) 13:30~15:00 「-5 大栄養素を学ぶ- たんぱく質がからだを作る」

講師:駿河 康平 (株式会社紀文食品 国際事業室・博士(生物資源科学))

酵素はたんぱく質、髪の毛や爪もたんぱく質。魚や肉、豆腐もたんぱく質リッチの食品です。

たんぱく質を生かした食について学びます。

### 第6回 7月10日(火)13:30~15:00 「-5 大栄養素を学ぶ-サプリメントの主演:ビタミンのチカラ」

講師:木村 泰裕 (大阪大学 特任助教「社団」国際スーパーフード学術機構 事務局長 羽衣国際大学 非常勤講師)

からだの潤滑剤はなぜ必要か、さびないからだをどうしてつくり、維持するのか?

ビタミンの役割を平易に説明します。

### 第7回 8月7日(火)13:30~15:00 「-5 大栄養素を学ぶ-脂質とDHAの活用」

講師:近藤 慶子(滋賀医科大学 特任助教・医学博士・管理栄養士)

脳卒中や心臓病などの動脈硬化による病気を予防し、健康で長生きするためには

どのような食事をすればいいのでしょうか? 脂質のはたらきについて説明します。

### 第8回 8月28日(火) 13:30~15:00 「-5 大栄養素を学ぶ- ミネラルと骨粗鬆症」

講師:木村 泰裕 (大阪大学 特任助教「社団」国際スーパーフード学術機構 事務局長 羽衣国際大学 非常勤講師)

からだの骨格形成に必要な構成要素、ミネラル欠乏は病気の根源です。

植物由来の最適ミネラルについて解説します。

### 第9回 9月4日(火)13:30~15:00 「食品の効能を通して食生活を見直そう!」

講師:野口 聡子(龍谷大学 准教授・管理栄養士)

アンチエイジング、眼精回復、美容など様々な効能をもつ栄養成分について、本来の機能と

効果を解説します。また各々の食生活を見直し、改善策を見出す機会とします。

### 第10回 9月11日(火)13:30~15:00 「和食の決め手!だしについて」

講師:野口 聡子(龍谷大学 准教授・管理栄養士)

日本の和食、特に鰹節、昆布、いりこなど日本の誇る「だし」について、グルタミン酸・イノシン酸などをもとに解説します。



# 第三世代大学 大人の塾SiN 第15期

## 「食品栄養学」申込書

↓ 下記記入の上、FAXでお申込ください ↓

**FAX:06-6312-3410**

### ◎お得な「奨学支援チケット」◎

- ★「奨学支援チケット」購入で1講座がお得に受講できます！ 一般価格1講座2,000円  
→10枚10,000円～30枚20,000円(1講座あたり1,000円～666円で受講可能です。)  
→奨学支援チケットは第15期～第16期末までご利用可能です。

「※」の事項は必須です。また、この申込書は「食品栄養学」の申込書です。再度ご確認ください。

※かな		性別	□男 □女	生 年 月 日	□大正 □昭和
※氏名					□平成
※かな					年 月 日
※住所					
※電話 (携帯電話可)		e-mail			□メールマガジンを希望する
ファックス		塾生番号(お持ちの方)			
※希望日程	□全日程(第1～10回) □第1回(5月22日) □第2回(6月5日) □第3回(6月12日) □第4回(6月26日) □第5回(7月3日) □第6回(7月10日) □第7回(8月7日) □第8回(8月28日) □第9回(9月4日) □第10回(9月11日)				
お支払方法	□ 奨学チケット希望 (→ □10枚・10,000円 □20枚・15,000円 □30枚・20,000円) □ 現金で受講 (2,000円)				

<申込・お問合せ> 一般社団法人テラプロジェクト 第三世代大学 大人の塾 SiN  
〒530-0018 大阪市北区小松原町2番4号 大阪富国生命ビル4階  
【電話】06-6312-3407 【ファックス】06-6312-3410  
【Eメール】[info@thera-projects.com](mailto:info@thera-projects.com)  
営業時間: 10:00～20:00 ※定休日:木曜日、日曜日、祝日、お盆、年末年始