

期 間 令和7年 10月25日(土)～10月26日(日)[全2日]

実 施 場 所 八幡西生涯学習総合センター(大会議室)
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 (コムシティ3階) (27ページアクセス参照)申込・
問合せ先 放送大学 福岡学習センター 北九州サテライトスペース
〒806-0021 八幡西区黒崎3-15-3 (コムシティ3階)
TEL: 645-3201 FAX: 645-3208

時 間 9:45～16:50

応募締切

10月2日(木)

スマートフォンから
お申込みできます▶

定 員 10名(他に本学学生40名)

受講料 6,000円

受講生への
メッセージ

実施機関：放送大学 福岡学習センター 北九州サテライトスペース

食生活を含む生活習慣が原因で発症する疾病が増大する現在、健全な食生活について考えることは人生においても重要課題です。とくに三大栄養素である糖質、脂質、タンパク質の化学と供給源、それらの体内代謝および、過剰摂取と欠乏による生体応答についての理解は、食事および栄養問題解決に必要な知識です。

また、栄養学の一般的な結論と、疾病という個人的な問題の解決についてどの様に結びつけるかも、大きな課題の一つでもあります。栄養学の知識を得るということはどういうことかを、この機会に是非知って頂きたいと思います。

受講前の準備学習として、日常の自分自身の食事内容を1週間分把握して、レポート用紙に書き出してご参加ください。

回数	月 日	テーマ・内容	担当講師
1	10/25 (土)	第1回 栄養素の化学と供給源	九州大学大学院 農学研究院 教授 佐藤 匡央 九州大学大学院農学研究科博士後期 課程修了・博士(農学)取得。 専門は栄養化学。食べ物(栄養素)と身 体について、特に食事による代表的な 生活習慣病等への疾患予防に関する 研究を行っています。
2		第2回 栄養素の摂取と消化	
3		第3回 糖質(分類、摂取の意義、摂取基準)	
4		第4回 糖質(代謝的運命) 糖尿病	
5	10/26 (日)	第5回 タンパク質・アミノ酸 (分類、摂取の意義、摂取基準)	
6		第6回 アミノ酸(代謝的運命)身体活動・運動	
7		第7回 脂質Ⅰ(分類、摂取の意義、摂取基準)	
8		第8回 脂質Ⅱ(代謝的運命)	