

平成 22 年度 福岡女子大学 春季公開講座

食 - 健康

—もっと知って、もっと楽しく—

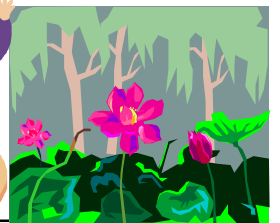
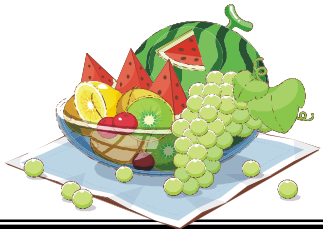
日 程：平成 22 年 6 月 9 日 (水)、16 日 (水)、23 日 (水)

時 間：13:10~15:50 (受付は 12:30~)

1 講座目 13:10~14:20 2 講座目 14:40~15:50

会 場：福岡女子大学附属図書館 1 階視聴覚室

受講料：2,000 円 (全 6 回分) ※高校生・本学学生は無料 対 象：高校生以上の男女



6 月 9 日 (水)

日常生活における光環境と食のかかわり

福岡女子大学人間環境学部教授

森田 健

食品成分のはたらきを考える

福岡女子大学人間環境学部准教授

石川 洋哉

6 月 16 日 (水)

食感を楽しもう
文化の中の身体と健康

—食・運動を中心に—

福岡女子大学人間環境学部准教授

舟木 淳子

福岡女子大学文学部助教

一階 千絵

6 月 23 日 (水)

賢く食べよう、健康・長寿
健康な熱帯林とは？

福岡女子大学人間環境学部教授

沖田 千代

福岡女子大学人間環境学部助手

美濃部 純子

申し込み・問い合わせ先

福岡女子大学 女性生涯学習研究センター

申し込み方法等、詳細は裏面をご覧ください



日常生活における光環境と食のかかわり

6/9①



森田健

健康的な生活には睡眠と食事は不可欠です。これらと光環境の関わりが指摘されていますが、まだよくわからないところがあります。これまで明らかになっていることと昨年私たちが行った実態調査結果をお話します。

食感を楽しもう

6/16①

舟木淳子

おいしさを感じる時に、食べ物の味と同様にテクスチャーも大変重要であると言われています。テクスチャーについては、最近、「食感」という言葉が使われることが多いようです。

食感の測定法、食感を改善する研究の例などをお話します。

賢く食べよう、健康・長寿

6/23①

沖田千代

いかに健康を保って元気に日々を営むか、情報は溢れています。笑いが働きかける効果や脳がいつまでも活気に溢れる生活など、前向きな知識の中から、自分のからだに合う健康法を自分のからだに問いかけながら楽しく選びましょう。

＊受講方法＊

■ハガキ、FAX、E-mail、電話にて、受講講座名・郵便番号・住所・氏名・年齢・職業・電話番号を記入の上、下記へお申し込みください。

■申込者は全員受講できますので、受講票の発送はいたしません。男女・年齢問わず受講可能です。席に余裕がある場合は、講座最終日 6/23 まで申し込みを受け付けます。(途中からの参加も大歓迎です)

■台風などの悪天候等で、講座の日時・講師が変更になる場合があります。詳細はセンターまでお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。

※受講料は初回受講時に、受付で徴収させていただきます。

＊申し込み・問い合わせ先＊

福岡女子大学 女性生涯学習研究センター 担当堤
〒813-8529 福岡市東区香住ヶ丘 1-1-1

TEL/FAX: 092-661-2728(直通)

TEL: 092-661-2411 /FAX: 092-661-2415(代表)

E-mail: rcle@fwu.ac.jp

メールのQRコード→

URL: <http://www.fwu.ac.jp/rcle/>



※お知らせ

■乳幼児と共にご参加の方は本センター職員までお問い合わせください。近隣の一時託児所の情報を提供いたします。

■福岡女子大学では、学外への本学教員の講師派遣の際の情報提供を目的とした「女性生涯学習研究センター人材バンク」を開設いたしました。リストなどの詳しい情報はホームページをご覧ください。

食品成分のはたらきを考える

6/9②

石川洋哉

近年、健康維持の観点から食品成分が持つ様々な機能が注目されています。本講座では、食品学の立場から食品機能の概要を解説します。また、活性酸素と健康の関わりを解説し、抗酸化食品成分による健康維持の可能性を考えます。

文化の中の身体と健康

一食・運動を中心にー

6/16②

一階千絵

「所変われば品変わる」と言いますが、所変われば「身体」「健康」に関する考え方もまた変わります。この講座では古今東西、さまざまな文化における健康を保つための食・運動についてご紹介します。

健康な熱帯林とは？

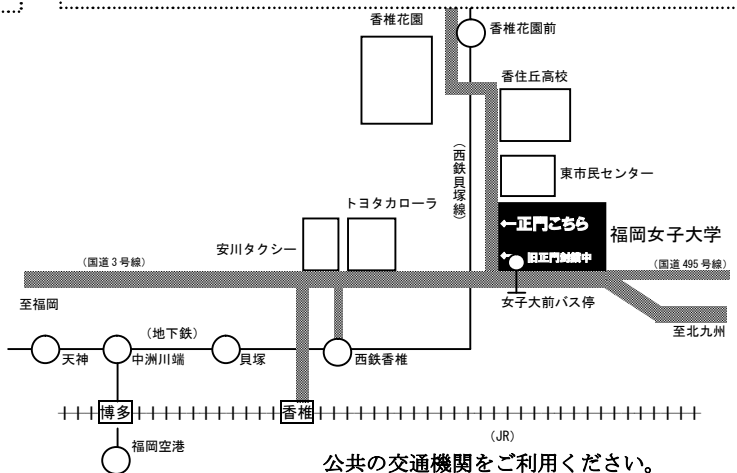
6/23②

美濃部純子



熱帯林にはいろいろな種類の生物が棲んでいます。開発によって熱帯林の面積が減少すると、森林の質も変化してしまいます。

そのことは私たちの未来とどう関係があるのでしょうか。マングローブを例に考えてみましょう。



公共の交通機関をご利用ください。

- JR 香椎駅から徒歩約 15 分
- 西鉄香椎駅から徒歩約 12 分 香椎花園駅から徒歩約 10 分
- 西鉄バス「女子大前」下車 (系統: 21、21A、23、26、26A)

提供いただいた個人情報につきましては、公開講座等の実施・運営、本センターからの公開講座等のご案内に使わせていただき、他の目的には使用いたしません。