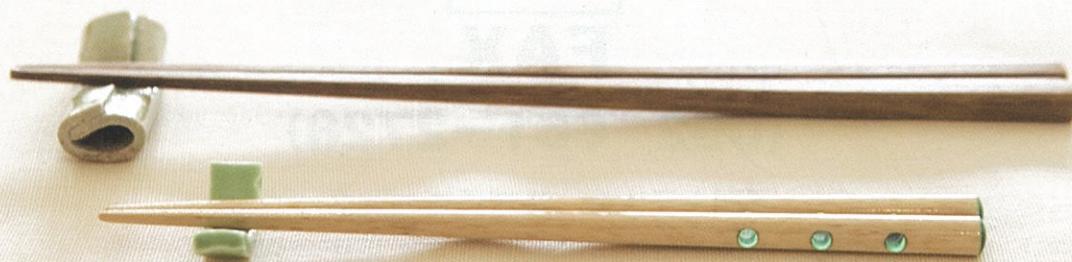


福岡県立3大学連携県民公開講座



食べる・噛む・生きる

第1弾

～食と生活を見直して元気で長生き～

日時

10月9日(火) 14:30～16:30

参加
無料

場所

アクロス福岡4階 国際会議場

福岡市中央区天神 1-1-1

定員：200名

主催：福岡県立3大学(福岡女子大学・九州歯科大学・福岡県立大学)

共催：福岡県(保健医療介護部健康増進課)

後援：福岡市

プログラム

| | |
|-------|---|
| 13:30 | 開場 |
| 14:30 | 開会挨拶 福岡女子大学理事長・学長 梶山 千里 |
| 14:40 | 講演(Ⅰ・Ⅱ・Ⅲ) |
| 16:10 | 公開討論 コーディネーター 福岡女子大学国際文理学部 教授 吉村 健清 |
| 16:30 | 閉会 |

お申し込み方法

往復はがき・Fax・E-mailのいずれかに、氏名(ふりがな)・住所・電話番号・年齢を記入の上、下記までお申込みください。お電話でも受け付けております。

講演Ⅰ 14:40～15:10



「高齢者の栄養サポート
～生き活きと生きるために～」

福岡女子大学 国際文理学部 教授 早淵 仁美

楽しい食事は身体と心の健康を保ち、タイムリーにバランス良く食事をとることが、心身の活力向上と生活習慣病予防、豊かな人生に繋がります。高齢者の日頃の食事に大きな偏りがないか、気軽にチェックし、食生活改善を促すための食事バランスガイド活用術についてお話します。

講演Ⅱ 15:10～15:40



「歯の健康と咀嚼機能
～よく噛んで食べるために
歯や口の健康を保とう～」

九州歯科大学 歯学部 准教授 辻澤 利行

これまでの歯科では、歯周病や歯蝕などで歯を失うことに目が向けられてきたが、高齢期になると加齢変化などによってかむ力が弱くなったり、唾液の分泌量が低下して様々な問題が生じてきます。そこで今回の講演ではよく噛んで食べるためには歯や口の健康を保つことが大切であるということをお伝えしたいと思います。

講演Ⅲ 15:40～16:10



「食と生活を支える在宅ケア」

福岡県立大学 看護学部 教授 尾形 由起子

在宅で療養生活を送る方にとって、食事は健康を保つためにとても重要です。高齢者になっても美味しく食べることが出来て、家族と自宅で楽しく生き生きと生活できる方法を看護の視点でお伝えします。

●お申込み・お問い合わせ先

公立大学法人 福岡女子大学 地域連携センター
福岡県立3大学連携県民公開講座福岡会場担当

〒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(代表) E-mail: rcle@fwu.ac.jp

福岡県立3大学連携県民公開講座は、他3会場でも開催予定です。

筑豊会場: 11月21日(水) 14:00-16:00 福岡県立大学講堂
【お問い合わせ】福岡県立大学附属研究所 TEL:0947-42-1326

北九州会場: 12月8日(土) 北九州市総合保健福祉センター講堂
【お問い合わせ】九州歯科大学企画広報班 TEL:093-285-3113

筑後会場: 1～2月開催予定
【お問い合わせ】福岡県保健医療介護部健康増進課 TEL:092-643-3269