



独立行政法人国立健康・栄養研究所主催 第13回一般公開セミナー

健やかな老後を迎えるための 食生活と身体活動

日時：平成24年2月25日(土) 12:30～16:00
場所：よみうりホール（千代田区有楽町1-11-1読売会館7階）
※入場無料、当日会場にて受付、先着800名

理事長挨拶

基調講演

『生活習慣病の予防と付き合い方』

独立行政法人国立健康・栄養研究所 理事長 徳留 信寛

講演1

『元気になる食事』

栄養教育研究部 栄養ケア・マネジメント研究室長 高田 和子

講演2

『骨粗しょう症を予防する生活習慣』

食品保健機能研究部長 石見 佳子

講演3

『メタボとロコモを予防する運動・身体活動』

健康増進研究部長 宮地 元彦



■主 催：独立行政法人国立健康・栄養研究所

■問い合わせ：〒162-8636 東京都新宿区戸山1-23-1
独立行政法人国立健康・栄養研究所 事務部業務課
Tel:03-3203-5721 Fax:03-3202-3278

後援：厚生労働省、文部科学省、消費者庁、東京都、千代田区、国立保健医療科学院、
(予定) 独立行政法人国立国際医療研究センター、独立行政法人国民生活センター、
社団法人日本医師会、社団法人日本フィットネス協会、社団法人日本栄養士会、
財団法人健康・体力づくり事業財団、特定非営利活動法人日本健康運動指導士会

独立行政法人国立健康・栄養研究所主催
第13回一般公開セミナー 開催要領

日時：平成24(2012)年2月25日(土) 12:30～16:00(開場 12:00)

場所：よみうりホール(千代田区有楽町1-1-1 読売会館7階)

(入場料無料、当日会場にて受付、先着800名)

テーマ：健やかな老後を迎えるための食生活と身体活動

司会：国際産学連携センター長 西 信雄

12:00～	開場		
12:30～12:40	開会の挨拶	理事長	徳留信寛
12:40～13:00	国立健康・栄養研究所の取り組みの説明	理事	金井雅利
13:00～14:00	基調講演「生活習慣病の予防とつきあい方」	理事長	徳留信寛
14:00～14:25	講演1「元気になる食事」 栄養教育研究部 栄養ケア・マネジメント研究室長		高田和子
14:25～14:40	休憩		
14:40～15:05	講演2「骨粗しょう症を予防する生活習慣」 食品保健機能研究部長		石見佳子
15:05～15:30	講演3「メタボとロコモを予防する運動・身体活動」 健康増進研究部長		宮地元彦
15:30～15:55	質疑応答・総合討論		
15:55～16:00	閉会の挨拶	理事	金井雅利
16:00	終了		