

平成29年度 岐阜薬科大学

第34回 市民公開講座

～健康と食とくすり～



健康で長生きすることは万人の願いです。本講座では、健康であるために日常の食生活の中で気をつけることや、生活習慣病ではどんなことに気をつけるべきかなどについてお話しします。

日程(全5回)	テーマ	講師 (岐阜薬科大学教員)
9月30日(土)	糖尿病とくすり ～どうやってくすりはできる?～	グローバル・リキョウサイエンス講座 特任教授 塚本 桂
10月 7日(土)	食用植物とサプリメント	生薬学研究室 講師 阿部 尚仁
10月14日(土)	お薬を正しく使うために ～薬局・おくすり手帳の活用法～	薬局薬学研究室 講師 伊野 陽子
10月21日(土)	「メタボリックドミノ」を倒さないために	生化学研究室 准教授 松永 俊之
10月28日(土)	若く見られて健康長寿を目指す ～美と健康は表裏一体～	化粧品健康学講座 特任教授 井上 紳太郎

時 間 : 13:30～15:30

会 場 : 岐阜薬科大学 三田洞キャンパス 大講義室

定 員 : 100人(先着順)

締 切 : 9月15日(金) 必着

(締切後でも受付できる場合がありますので、お電話にてお問い合わせください。)

受講料 : 全5回分で2,500円

(受講通知書と一緒に納付書を送付予定。欠席しても返金不可。)

申込方法

ハガキまたはFAXで、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、性別、年齢、電話番号を記入して、下記へお申し込みください。



●生涯学習「長良川大学」リカレント講座です！
「長良川大学」の単位が取得できます。
「まなびすと手帳」をお持ちの方はご持参ください。

申し込み・問い合わせ先

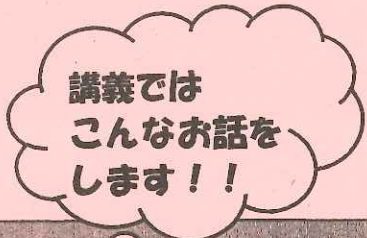
〒502-8585

岐阜市三田洞東 5-6-1

岐阜薬科大学 三田洞キャンパス 教務厚生課

TEL:058-237-3931 FAX:058-236-0004

主催/岐阜薬科大学



日程 (全5回)	テーマ・講師	内 容
9月30日 (土)	糖尿病とくすり ～どうやってくすりはできる?～ グローバル・レジューナリ・サイエンス講座 特任教授 塚本 桂	国民の12人に1人は糖尿病患者と言われており、みなさんの周りにも糖尿病を患っている方がいるのでは？糖尿病の存在は、紀元前から知られていましたが、この病気になる詳しい理由が分かってきたのは、インスリンが発見された100年ほど前です。今日では様々なくすりによって治療ができるようになってきました。糖尿病のくすりを例に、どうやってくすりができるのか、その舞台裏をこれまでとは少し違った視点でお話します。
10月7日 (土)	食用植物とサプリメント 生薬学研究室 講 師 阿部 尚仁	みなさんは健康食品やサプリメントを利用していますか？最近では、日本人の4人に1人が病気の予防や健康の維持を目的に様々なサプリメントを利用しています。コンビニやドラッグストアでも健康食品が陳列販売され、毎月数多くの新商品が登場し様々な情報が氾濫しています。そこで、今回は健康食品やサプリメントの基礎知識についてお話します。しかし、病気の予防に必要なのは何もサプリメントだけではありません。健康増進のために必要な食用植物の話もわかりやすくお伝えします。
10月14日 (土)	お薬を正しく使うために ～薬局・おくすり手帳の活用法～ 薬局薬学研究室 講 師 伊野 陽子	「かかりつけ薬局」「かかりつけ薬剤師」という言葉を聞いたことはありますか？「おくすり手帳」はお持ちですか？高齢化社会に向けて、地域で医療を支えていくために、薬局やお薬手帳は進化しています。講座はお薬を正しく使うために、薬局やお薬手帳をどのように活用したらよいのかお話しします。また薬局における最近の話題についても紹介します。
10月21日 (土)	「メタボリックドミノ」を倒さないために 生化学研究室 准教授 松永 俊之	脂っこい食事、運動不足、過度なストレスといった生活習慣の乱れは、脂質異常症、高血圧や糖尿病など生活習慣病を引き起こします。生活習慣病を放置すると、ドミノ倒しのように他のいろんな生活習慣病を併発し、動脈硬化を急速に進めてしまいます。このような病気の連鎖(メタボリックドミノ)を起こさないようにするためにはどうしたらよいのでしょうか？今回の講義では、メタボリックドミノのしくみと予防法についてわかりやすくお話しします。
10月28日 (土)	若く見られて健康長寿を目指す ～美と健康は表裏一体～ 化粧品健康学講座 特任教授 井上 紳太郎	以前は“美人薄命”と言われていましたが、最近はどうやら違うようです。見かけの年齢が実際の年齢より若く見える人の方が長生きするという研究報告があります。見かけ年齢には、お肌の健康状態や、シワ・タルミ・シミなどによる外見が影響します。今回は、紫外線や日々のライフスタイル、食生活がどう肌の健康に関係しているかをご説明し、結果的に肌の健康を目指すことで、健康長寿の実現につながるというお話をします。