

2025年度大阪公立大学公開講座

# 生活習慣病を予防する 食品成分と健康

2025年

6/2(月), 6/9(月)

14:00-15:30 全2回

講師：小島 明子

大阪公立大学 生活科学研究科 准教授



詳細は裏面をご覧ください ▶

- 会場：大阪公立大学 I-site なんば 2階 (大阪市浪速区敷津東2-1-41 南海なんば第1ビル)
- 定員：60名 (申込者多数の場合は抽選) ■ 対象者：どなたでも ■ 受講料：2,000円 (全2回分)
- 申込方法：下の(1)(2)いずれかの方法でお申し込みください。お一人様につき、一回のお申し込みが必要です。
  - (1) 申込フォーム：本学Webサイトまたは右記二次元コード「申込フォーム」からお申し込みください。
  - (2) 往復はがき：往信用はがきに①氏名(フリガナ)、②年齢、③郵便番号・住所、④電話番号、⑤このチラシの入手先をご記入の上、下記宛先へお送りください。  
※返信用はがきは両面とも白紙でお送りください。  
(宛先) 〒556-0012 大阪市浪速区敷津東2-1-41 南海なんば第1ビル  
大阪公立大学 社会連携課「食品成分と健康」係  
※受講の可否は5/23(金)までに通知します。届かない場合は必ずお問い合わせください。

申込締切  
5/11(日)  
必着

申込フォーム



大阪公立大学 生涯学習・公開講座Webサイト ▶

大阪公立大学 公開講座

🔍 検索



大阪公立大学  
Osaka Metropolitan University

※お申し込みの際の個人情報は、申込後の事務連絡、統計資料等の作成および本学公開講座等のご案内に使用いたします。利用目的以外の使用については、一切いたしません。

## 講義概要

日本は世界有数の長寿国ですが、健康寿命との乖離は大きな社会問題となっています。生活習慣病の発症には特に食生活が大きく関わっています。近年、食品成分には、病気を予防する重要な役割を果たす不思議な成分が含まれていることが注目されています。

本講座では、食品成分の不思議な力と健康長寿を目指すための工夫について講義します。



講師：小島 明子  
大阪公立大学  
生活科学研究科 准教授



## 講義スケジュール



<p><b>第1回</b> 6月2日(月)</p>	<p><b>食品成分の未知なる力とは？</b></p> <p>この講義では、食品成分による生活習慣病の予防効果についての私達の研究とその応用を紹介し、食品成分の不思議な力を感じ取っていただければと思います。</p>
<p><b>第2回</b> 6月9日(月)</p>	<p><b>あなたの生活習慣は大丈夫？</b></p> <p>生活習慣病を予防するためには、その原因となるものをできるだけ取り除くことが大切です。では、健康長寿を目指すためにはどのようにすればよいのでしょうか。この講義では、素敵に年齢を重ねるために、生活習慣の改善について、特に食生活を中心に紹介します。</p>



※感染症の流行や自然災害等の影響により、日程・開催方法・講座内容が変更となる場合があります。



## 会場アクセス

※駐車場・駐輪場はございません。公共交通機関をご利用ください。

大阪公立大学I-siteなんば 大阪市浪速区敷津東2丁目1番41号 南海なんば第1ビル2階

- ・南海電鉄「なんば駅（中央出口）」下車、南海線東側の道を南へ約800m
- ・OsakaMetro御堂筋線「なんば駅（5号出口）」下車、南へ約1,000m
- ・OsakaMetro御堂筋線/四つ橋線「大国町駅（1番出口）」下車、東へ約450m
- ・OsakaMetro堺筋線「恵美須町駅（1-B出口）」下車、西へ約450m

アクセスマップ

