

# 食生活改善セミナー

## 新潟県民は高食塩摂取!?

# 減塩で健康寿命を延ばそう

ウォーキングなどの運動習慣に加え、毎日の食生活を見直すことも、健康寿命延伸に必要です。健康な毎日を送るために、食生活改善について学びましょう。

**参加無料**  
どなたでも  
ご参加いただけます

とき **令和元年** **12月8日** **日**  
**13:30~15:00**  
(受付 13:00 ~)

ところ **NST 3Fゆめディア**  
(新潟市中央区八千代2-3-1)

講師 **新潟県立大学 教授 村山 伸子 先生**  
Murayama Nobuko

### 【プロフィール】

東京大学大学院医学系研究科博士課程修了、博士（保健学）。女子栄養大学助手、東北大学大学院専任講師、コーネル大学客員研究員、新潟医療福祉大学教授等を経て現職。

専門は、公衆栄養学、国際栄養学。厚生労働省厚生科学審議会専門委員（健康日本21（第二次）推進専門委員会）、厚生労働省国民健康・栄養調査企画・解析検討会委員、内閣府男女共同参画推進連携会議議員、新潟県新総合計画策定委員会委員、新潟県子どもの貧困対策推進検討委員会委員長、新潟県農林水産審議会委員、新潟県食育推進協議会副会長、新潟市食育推進委員会議委員長、新潟市食文化創造都市推進会議議長等をとおして、国や自治体の食をとおした健康づくりや社会づくりに参画。新潟県減塩ルネサンス運動を推進してきた。

研究では、近年の日本における健康格差、食生活格差の研究や、世界各地の栄養問題についてフィールドワークをとおした調査を実施。さらに、日本やアジア地域で学校給食に関する実践と研究をおこなっている。食と栄養をとおして、世界中の人々が笑顔になれることをめざしている。



### 申込

電話、FAX、メールで、名前・所属・性別・電話番号・住所をお知らせください。FAXの方は下記の申込書をご利用ください。

※当日参加も可能ですが、参加者数把握のためできるだけ事前にお申込みをお願いします。

新潟県ウォーキング協会 TEL.025-521-2627 FAX.025-520-4151  
E-mail:nwa@niigataken.org

### 主催 / 特定非営利活動法人 新潟県ウォーキング協会

本部：新潟日报社 読者局ふれあい事業部内

事務局：上越市高土町 1-8-3 TEL.025-521-2627 FAX.025-520-4151



### 食生活改善セミナー申込書

お名前			お名前		
所属 又は職業			所属 又は職業		
性別	男・女	電話	性別	男・女	電話
住所			住所		