

## 山口県立大学の講座をあなたの街で受けてみませんか？ 令和7年度 山口県立大学・周南市サテライトカレッジ

### ポイント

- ☞ サテライトカレッジは山口県立大学が県内の市町と連携し、地域のニーズに合わせた専門的・体系的・実践的な講座を開講するものです。
- ☞ 今回のテーマは、

「健康に良い」食品とは何？

サテライトカレッジでは、山口県内の市町と連携して地域のニーズに合わせた講座を開講しています。本学の教員が県内各地に出向き、地域のみなさまの健康・文化・地域づくり等に役立つ講座を提供します。

### 開催について

- 【日時】 9月5日(金) 10:00~11:30
- 【場所】 周南市学び・交流プラザ(周南市中央町4-10) 交流室4
- 【内容】 「健康に良い」食品とは何か？

最近のテレビやネット上には、健康に役立つという食品の情報があふれています。カプセルや錠剤といった薬のような形のサプリメントは、実は食品の仲間です。また、一見普通だけど「何か特別」らしい食品もたくさんあります。いったい何を基準にどう選択すれば良いのでしょうか。この講座では、「健康に良い食品」の考え方や選び方をお話しするとともに、地元の食材のスペシャルな側面についても紹介します。

講師：山口県立大学 看護栄養学部 栄養学科 教授 人見 英里

- 【受講料】 無料
- 【定員】 40名(要予約、定員になり次第締切り)
- 【対象】 周南市市内に在住または通勤、通学している方
- 【申込】 電話で「住所・氏名・電話番号」を周南市学び・交流プラザまでお知らせください。
- 【申込先】 周南市学び・交流プラザ TEL 0834-63-1188
- 【申込期間】 8月5日(火)～9月4日(木) 9:00~17:15(土・日・祝・休館日(8/25)を除く)

### お問い合わせ先

〒753-0021 山口市桜島6丁目2-1  
山口県立大学地域共生センター 担当：舞田(まいた)  
TEL：083-929-6611 FAX：083-929-6632  
Email：tmaita@yp4.yamaguchi-pu.ac.jp

法人経営部 事業管理・経営企画部門  
担当：高夫(たかぶ)【大学広報担当】  
TEL：083-929-6604 FAX：083-929-6631  
Email：ypu-koho2@yp4.yamaguchi-pu.ac.jp

受講  
無料  
要予約

# 健康講座

令和7年度  
山口県立大学・周南市サテライトカレッジ

## 「健康に良い」食品とは何？

最近のテレビやネット上には、健康に役立つという食品の情報があふれています。カプセルや錠剤といった薬のような形のサプリメントは、実は食品の仲間です。

また、一見普通だけど「何か特別」らしい食品もたくさんあります。いったい何を基準にどう選択すれば良いのでしょうか。

この講座では、「健康に良い食品」の考え方や選び方をお話するとともに、地元の食材のスペシャルな側面についても紹介します。



講師 山口県立大学 看護栄養学部 栄養学科 教授 人見 英里

日時

令和7年 **9月5日(金)** 10:00 ~ 11:30

会場

周南市学び・交流プラザ 交流室4

定員

40名（先着順、定員になり次第締切りとなります）※要予約

対象

市内に在住または通勤、通学している方

申込期間

8月5日(火)～9月4日(木) 9:00～17:15（土・日・祝・休館日(8/25)を除く）

申込方法

電話で「住所・氏名・電話番号」を周南市学び・交流プラザまでお知らせください

問合せ先

周南市 学び・交流プラザ 周南市中央町4-10 TEL 0834-63-1188

個人情報は厳重に管理し、この講座以外には使用しません。悪天候や災害等が発生した場合、中止することがあります。