

<子どもと大人のための楽しいワゴンデイ・イベント (命・健康プログラム) >

# 食べる・おいしいから

## 健康と栄養を学ぼう！

▼日 時：平成 26 年 2 月 8 日 (土)

【午前の部】 午前 10 時～午前 12 時

【午後の部】 午後 13 時～午後 15 時

※午前のみ、午後への参加も可能です。

▼場 所：フイール旭川 (1 条 8 丁目)

【午前の部】 地下 1 階キッチンスペース、【午後の部】 7 階シニア大学教室前

▼費用： 無料 ※要電話予約 (下記へ2月5日まで)

▼内容・対象者：

【午前の部】 **実演&体験学習** 小学生～中学生対象 定員：約 10 名 (ご父母の見学可)

**五感で感じる“食”のたのしさ** 講師：豊島琴恵先生 (旭川大短大 食物栄養専攻)

美味しさは味覚だけではなく視覚・嗅覚(色や匂い)なども大きな要素と言われます。では「食べ物を食べているのはどんな感覚でしょうか。目をつぶって、触ってなど五感を1つ1つに分けて“食”を感じてみましょう。

【午後の部】 やさしい講演 ① ② 小学生～大人まで対象 定員：約 80 名

**①おいしいと感じる大切さ、まずいと感じる大切さ**

講師：柏柳誠先生(旭川医科大学 生理学教室)

おいしいと感じる事は、生きるために必要なものを体に取り入れる仕組み。まずいと感じることは危険なものを体に入れない仕組み。

**②味が感じられるって幸せなこと** 講師：斉藤文子先生(旭川医科大学 栄養管理部)

治療の副作用で「味がわからない」「砂をかんでるよう」と訴える患者さんがいますが、どんな対応ができるでしょうか？また生活習慣病やガンの予防は子どもの時からの食習慣が大切！

▼お問合せ & 予約：一般社団法人旭川ウエルビーイングコンソーシアム

サテライトキャンパス U-プラザ 電話 0166-26-0338

当イベント (命・健康プログラム) は、JST 科学技術コミュニケーション推進事業「ネットワーク形成地域型」の支援を受けた事業活動の一環であり、命や健康について地域の皆さまと共に考える場を提供したいと考えております。今後も皆様のご指導ご協力を宜しくお願い申し上げます。