



# みえの食フォーラム

令和6年度 三重県栄養改善大会

## 野菜フル350の推進で糖尿病等生活習慣病予防をめざそう

飽食の時代といわれる一方、朝食欠食や野菜摂取不足・肥満等は生活習慣病につながる要因として指摘されています。生活習慣病を予防するためには食生活を整えることが重要です。健康で幸福な生活を送ることができるよう正しい知識を身につけましょう!!

展示コーナーも設けますので たくさんの皆さまのご参加をお待ちしています。

### 日時

令和6年 11月 8日(金)  
10:30~15:00 (受付10:00)

### 場所

津リージョンプラザ お城ホール  
(津市西丸之内23-1)

### プログラム

10:30 開会・主催者挨拶	13:20 体操披露
10:50 講演「三重で野菜フル350をめざそう」 講師 鈴鹿大学短期大学部 教授 梅原 頼子 先生	13:50 基調講演「コレステロールと中性脂肪のリスクを考える」 講師 慶応義塾大学医学部衛生学 公衆衛生学教室 教授 岡村 智教 先生
11:30 昼食(展示見学・栄養相談・啓発動画等)	15:00 閉会

### フロア展示

- 栄養相談コーナー(10:30~14:00)
- 三重県産食材の販売等(10:30~14:00)
- 災害食展示コーナー(10:30~14:00)
- 食と健康に関する展示等(10:30~14:00)

※展示コーナーは当日変更になる場合がございますので 予めご了承ください。



●参加者には「三重とこわか健康マイレージ事業」認定ポイントが付与されます。  
※市町によりポイント付与等の対応が異なります。詳細はお住いの各市町の窓口にお問い合わせください。

#### 【申し込み】

事前申し込み不要、当日参加が可能です。

#### 【問い合わせ先】

〒514-0803 三重県津市柳山津興 655-12  
公益社団法人 三重県栄養士会「食フォーラム」係  
TEL:059-224-4519 FAX:059-224-4518  
E-mail:mie-eiyo@axel.ocn.ne.jp



三重県栄養士会「みえの食フォーラム」  
QRコード



主催：三重県、三重県教育委員会、公益社団法人三重県栄養士会、三重県食生活改善推進連絡協議会