

毎年恒例
市民健康
公開講座
第8回

生き生きハッピーライフ ようこそ食と健康の世界へ

<今回のテーマ> 健診は受けてハッピー健康長寿

日時 **6/28日** 10:00～12:30 (質疑応答12:30～)

場所 **中島市民センター 1階 多目的ホール**
(☎66-1111)



第1部 <テーマ> 長寿のための栄養バランス

食と栄養を めぐる冒険

金大生活習慣治療チーム「Team DiET」
が行う、長寿のための栄養バランス
とは何かをお話します。



講師 **篁 俊成氏**
金沢大学医歯保健研究域医学系
包括的代謝学分野(糖尿病、メタボ)教授

<講演時間> **60分**

中島ロータリークラブでは、市民を対象に
健康公開講座を行っております。
今年は、友好クラブである敦賀西ロータリー
クラブとの初合同事業として開催します。
「糖尿病、メタボ、高齢者の健康食、乳酸菌
と歯周病」に興味がある人は必見です。
質疑応答の時間も充分あります
ので、多数のご参加を
お待ちしております。



第2部 <テーマ> 高齢者の介護食事と乳酸菌で免疫アップ

おいしく食べて、 健康!長生き!

介護のプロが教える
高齢者・健康食の勘所が
聞きたいね!



講師 **横井 小夜子氏**
第2650地区
敦賀西ロータリークラブ会長
株)かくだ敦賀ケアセンター
代表取締役社長

<講演時間> **30分**

肥満・糖尿病を 引き起こす インベーダーの襲来 ～迎え撃つ乳酸菌の激しいバトル～

歯周病菌の全身侵略を乳酸菌が
総攻撃で撃退する!



講師 **室木 俊美氏**
中島ロータリークラブ副会長・
職業奉仕委員長
医社)室木歯科口腔外科医院
理事長・院長

<講演時間> **30分**

ロータリークラブの最大の事業とは、

- ①充実した奨学金制度
- ②ポリオの完全撲滅(ビル・ゲイツも協力)
- ③人類存続に関する世界的な奉仕活動
- ④日本全国の青少年育成を支援



お問い合わせ 主催:国際ロータリー第2610地区 第3分區 中島ロータリークラブ
中島ロータリークラブ 田畑洋子 ☎090-2098-4505 Fax66-2095

長年にわたりそれぞれの分野で
尽力された方々が荣誉に輝かれました。

春の叙勲・褒章受章者



瑞宝小綬章

阿良町
鹿渡 強 [78歳]
石川工業高等専門学校名誉教授



旭日小綬章

山王町
大星 正嗣 [70歳]
元 日本土地家屋調査士会連合会副会長



瑞宝単光章

府中町
長浦 健一 [76歳]
元 七尾鹿島広域圏事務組合
第1消防団副団長



瑞宝単光章

奥原町
角屋 良嗣 [65歳]
元 日本郵政公社職員



瑞宝単光章

栄町
内田 照枝 [64歳]
元 やまと保育園園長



危険業務従事者叙勲
瑞宝単光章

小丸山台
寺野 時雄 [65歳]
元 海上保安官



危険業務従事者叙勲
瑞宝双光章

大田町
藤原 喜久雄 [67歳]
元 七尾鹿島広域圏事務組合
消防司令長



藍綬褒章

万行町
川口 竹弘 [68歳]
現 七尾市第1消防団副団長

長年の功績に
光

