

先着  
500名様  
参加費無料!

The Japanese Society of Health and Human Ecology  
第83回 日本健康学会総会 in 群馬  
一般公開シンポジウム

# くらしを楽しむ

日時 2018年11月24日(土) 14:45 ~ 17:00 (14:00~受付開始)

場所 前橋テルサ 2階ホール (群馬県前橋市千代田町2-5-1)

講演1 14:50~15:30	NHK連続テレビ小説でおなじみ <b>マッサンとウイスキー</b> 中川 圭一氏 (ニッカウヰスキー株式会社 顧問 (前社長))
講演2 15:30~16:10	<b>食を楽しむ</b> 松村 康弘氏 (文教大学健康栄養学部 教授)
講演3 16:10~16:50	<b>『くらしを楽しむ』は脳に効く?!</b> 山口 晴保氏 (認知症介護研究・研修東京センター センター長)
総合司会	林 邦彦 (群馬大学大学院保健学研究科 教授)



※お車でお越しの方へ  
駐車場は、市営パーク千代田、市営パーク5番街  
をご利用いただき、前橋テルサに駐車券をお持ち  
ください。市営パーク城東もご利用いただけます。

《お問い合わせ先：第83回 日本健康学会総会事務局》  
群馬大学大学院保健学研究科 医療基礎学 林邦彦研究室内  
〒371-8514 群馬県前橋市昭和町3-39-22  
TEL&FAX: 027-220-8974 (平日9:00~17:00)  
Email: jshhe83gunma@gmail.com

《主催》 日本健康学会  
《後援》 群馬県、前橋市、前橋観光コンベンション協会、群馬大学食健康科学教育研究センター



## くらしを楽しむ

## 講演1

14:50~15:30



## マッサンとウイスキー

中川 圭一氏（ニッカウヰスキー株式会社 顧問（前社長））

ウイスキーはハイボールブームや「マッサン」の影響もあって長い低迷から抜け出し、世界的にも大ブームになっています。そんな中で日本のウイスキーは高い品質が認められて世界の5大ウイスキーの一つに数えられるようになりました。講演ではウイスキーの製造方法を知り、風味の違いが何に由来するのかを考えてみたいと思います。また、日本で最初に本格的なウイスキーづくりに取り組んだ「日本のウイスキーの父」弊社創業者の竹鶴政孝の足跡についても触れたいと思います。

## 講演2

15:30~16:10



## 食を楽しむ

松村 康弘氏（文教大学健康栄養学部 教授）

美味しい物を食べることは、食の楽しみの1つです。それとは違って、初めての物や珍しい物については、戸惑いや拒否が起こる場合がありますが、これが楽しみになることもあります。調査で訪れた国の食事を紹介しながら、私たちには、何が食べ物で、何が食べ物でないか、何が美味しく、何が美味しくないかなどを、いつ、どこで食べるかをからめながら考えるとともに、それらと健康の関係についても少し考えてみたいと思います。

## 講演3

16:10~16:50



## 『くらしを楽しむ』は脳に効く？！

山口 晴保氏（認知症介護研究・研修東京センター センター長）

くらしを楽しむことが脳に効くなんて、聞いたことがない、利くはずないだろうというあなた、ラッキーです。この楽しい講演を聴いて、なんで認知症予防にも効くのか訊けるチャンスを得たのですから。くらしの中でどんなにつらいことでも、その中に潜む楽しいこと（小さい幸せ）に気づけば、脳は単純だから、脳はイキイキ、脳老化を防ぎ、免疫力を高めて健康を守ります。こんな概要を読んで聴く気になったあなた、目利きです。

## 総合司会

林 邦彦（群馬大学大学院保健学研究科 教授）

## お申込みシート FAX: 027-220-8974

E-Mailにてお申し込みの場合は、下記の内容を「jshhe83gunma@gmail.com」までお送りください

団体名  
(もしくは個人名)

ご連絡先

TEL:

E-Mail:

ご担当者

ご参加人数

人