

市民公開講座(糖尿病)

栄養学の大逆転

～えっ、油って控えてちゃいけないの?!～

日時

2017年
2月4日(土)

15:00～17:00(受付14:30～)

プラザ町田ビル

参加費
無料

定員
150名
申込順

場所

町田市文化交流センター

6階ホール

演者 北里大学北里研究所病院

医学博士、内分泌・代謝内科部長
糖尿病センター長、予防医学センター長

山田 悟 先生

【代表著書】

糖質制限の真実 (2015年幻冬舎) ロカボで食べるとやせていく (2016年幻冬舎)
ロカボバイブル (2015年桃源社) 奇跡の美食レストラン (2012年幻冬舎)
など多数

講演内容

今、栄養学が大転換期を迎えています。これまで健康食といえば、“腹八分目” “バランスの良い食事”というのが一般的なイメージでした。しかし、今や腹八分目はあてにならず、万人にとって適切なバランスなどというものは存在しないとガイドラインに明記されるようになりました。さあ、明日からの食卓をおいしく楽しく家族みんなが健康になれるようにするにはどうしたらよいでしょうか? 糖尿病専門医とご一緒に考えてみませんか。

☎電話: 町田市イベントダイヤル

042-724-5656(受付時間7:00～19:00)

🌐WEB: 町田市ホームページ イベント申込システムは [こちら](#)
(受付時間 24時間) イベントコード「170105B」で検索

★1月5日(木)正午から2月1日(水)迄 受付
※ 手話通訳をご希望の方は申込時に
お申し出ください

主催: 南多摩圏域糖尿病医療連携検討会 町田部会
(町田市・一般社団法人 町田市医師会・一般社団法人 町田市薬剤師会
公益社団法人 東京都町田市歯科医師会)



小田急線 町田駅西口より徒歩5分
JR横浜線 町田駅町田ターミナル口直結
*会場へはできるだけ公共交通機関をご利用ください。