

2026年度

静岡社会健康医学セミナー

知って、食べて、見直そう！
わたしたちの食生活

参加
無料

— お口の健康と減塩から考える食生活改善 —

2026

12/26^土

13:30-15:30 (開場 13:00)

会 場

富士市交流プラザ 交流センター 会議室1
(静岡県富士市富士町20番1号)

対 象

健康に関心がある方ならどなたでも
(定員 50 名 + オンライン参加)

プログラム

13:30 ~ 13:35 ● 開会 静岡社会健康医学大学院大学 学長 宮地良樹

13:35 ~ 13:55 ● 講演 I 歯みがき時の出血から食生活を考える

静岡社会健康医学大学院大学 博士課程前期
歯科衛生士 木下玲子



13:55 ~ 14:15 ● 講演 II 『しおがえ大作戦!』の紹介

— 減塩調味料で血圧は下がるのか、住民のみなさんと検証する研究 —
静岡社会健康医学大学院大学 社会健康医学研究科 講師 佐藤清香



14:15 ~ 14:25 ● 体験型ワーク「どっちが減塩?『いつもの味』と食べくらべチャレンジ」

14:25 ~ 14:40 ● 休憩

14:40 ~ 15:10 ● 講演 III 「わかっている」を「できる」にする! 食生活改善のコツ

お茶の水女子大学 基幹研究院 自然科学系
教授 赤松利恵



15:10 ~ 15:30 ● 質疑応答

右の二次元コードから専用フォームへアクセスし、必要事項
をご入力の上、お申し込みください。

申込締切 2026年12月25日(金) 正午まで



ご参加にあたって

- ・体調不良の場合は、参加をご遠慮ください。
- ・会場へお越しの際は、なるべく公共交通機関をご利用ください。

【お問い合わせ】 静岡社会健康医学大学院大学 教務課

TEL : 054-295-5401 FAX : 054-248-3520 E-mail : kyomu@s-sph.ac.jp

