静岡社会健康医学大学院大学
SHIZUOKA GRADUATE UNIVERSITY OF PUBLIC HEALTH

DIET
HEALTH
SOCIETY
FUTURE

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

— お口の健康と減塩から考える食生活改善 —

参加無料

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**<br>静岡社会健康医学大学院大学 博士課程前期<br>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**<br>―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―<br>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**<br>お茶の水女子大学　基幹研究院 自然科学系<br>教授 **赤松利恵** |
| 15:10 ～ 15:30 | 質疑応答 | |

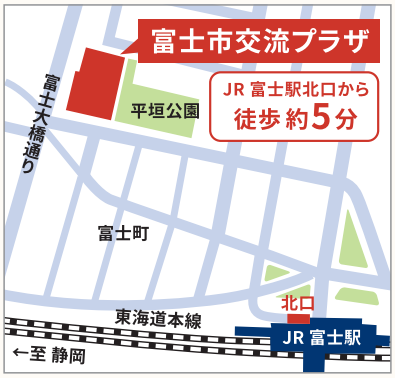




右の二次元コードから専用フォームへアクセスし、必要事項をご入力の上、お申し込みください。

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