

いざなぎ学園だより

第29回講座 令和8年2月25日（水）

2月25日、淡路文化会館にて第29回いざなぎ学園通年講座を開催し、兵庫県栄養士会の三谷 加乃代先生を講師に迎え、『体のしくみと食習慣の関係は？～糖尿病や高血圧症などの予防と改善』をテーマにご講演いただき、質疑応答の際もわかりやすい説明で多くの受講生が熱心に耳を傾ける大変充実した講義となりました。

いざなぎ学園通年受講生34名、単発受講生8名が参加しました。

◎学園生のみなさんの感想 振り返りシートから（抜粋）

- ・肉と魚の油の違いがよくわかった。
- ・テキストとスライドがありわかりやすく、よく理解できた。
- ・生活習慣病の予防と改善について詳しく説明していただき、生活を見直すいい機会になった。
- ・各臓器の役割を詳しく学ぶことができ、早期発見の大切さを知った。
- ・高齢になると病気になりやすいので、確認のためにも非常に役に立った。



兵庫県立淡路文化会館

〒656-1521 兵庫県淡路市多賀600

TEL 0799-85-1391 FAX 0799-85-0400

<https://www.awaji-bunkakaikan.jp/>



AWAJI_CULTURAL_HALL