

参加費
無料

家庭料理検定 説明会のご案内

家庭料理検定は、小・中・高校生の食育のツール、家庭科の学習成果の目標、また、進学
の調査書のアピールポイントとして、現在多くの学校様から導入していただいております。
今回は家庭料理検定の団体受験の説明に加え、特別講演として女子栄養大学上西一弘教授に
「あらためてカルシウムの大切さを考える」をテーマにお話いただきます。

特別講演 「あらためてカルシウムの大切さを考える」

講師 女子栄養大学栄養生理学研究室 上西一弘教授



日本人のカルシウム摂取量は欧米に比べると少ないことが報告されています。
カルシウムは骨の構成成分ですが、それ以外にもからだの様々な機能を調節するために必要です。
長期は骨が大きき、充実していく大切な時期です。この時期のカルシウム摂取は、将来の骨粗鬆症
の予防のためにもとても大切です。
今回の講演では、カルシウムの働き、摂取や吸収率に関する話題など、先生方にとって少しでも
役立つ話をしたいと思います。

講師プロフィール

上西一弘（うえにし かずひろ）女子栄養大学 栄養生理学研究室教授 管理栄養士、博士（栄養学）2006年4月より現職
専門は栄養生理学、とくにヒトを対象としたカルシウムの吸収・利用に関する研究、骨の健康と栄養、身体計測とライフスタイルを合わせた栄養評価
スポーツ選手の栄養アセスメントとそれに基づく栄養サポートなど。日本栄養・食糧学会、日本栄養改善学会理事、骨粗鬆症学会評議員
日本人の食事摂取基準、2005年～2025年版策定ワーキングメンバー（ミネラル）、骨粗鬆症の予防と治療ガイドライン作成委員会委員

2024年 3月 2日 土
10:00～12:30

お申し込みはこちらから



お気軽にご参加ください！

説明会参加特典！

- 絶対役に立つ
家庭料理技能検定
公式ガイド [改訂版]
- 身体もよろこば
葉酸クッキー



もれなくプレゼント！

会場

女子栄養大学短期大学部

東京都豊島区駒込3-24-3
山手線・南北線「駒込駅」北口徒歩3分