

第17回 薬学部 健康講座

参加
無料

～健康維持に 大切な亜鉛～

10月27日（日）13:00 – 14:30

場所：鈴鹿医療科学大学 白子キャンパス

1号館 7階 1701教室



亜鉛の力： 私たちの健康を保つために 欠かせないミネラルの秘密

亜鉛ねえ？
聞いたことある
ような・・・。
Q: 大切なの？



A: 健康維持に大切!!
日本人の多くは不足気味
です。上手に摂取するに
は・・・。



【講師】西田 圭吾
鈴鹿医療科学大学
薬学科長 薬学部教授

亜鉛は、体内で自ら生成することができないため、食事を通じて摂取する必要がある必須ミネラルです。適切な量を摂取することは健康維持に欠かせませんが、不足すると健康上の問題を引き起こす可能性があります。日本では、多くの人々が亜鉛を十分に摂取していないとされています。特に高齢者でその傾向がみられ、亜鉛の不足はさまざまな健康問題の原因となることがあります。この講座では、亜鉛が私たちの健康にどのような重要な役割を果たしているのかについて解説いたします。また、亜鉛を効率的に、かつ適切に摂取する方法についても紹介します。

◆参加費、事前申込みは不要です。直接会場にお越しください。

◆終了後キャンパスの見学会を開きます。

問合せ先

鈴鹿医療科学大学薬学部

鈴鹿市南玉垣町3500-3 定金（さだかね）豊

TEL：059-340-0550

E-mail：kouza7@suzuka-u.ac.jp



SUZUKA UNIVERSITY OF MEDICAL SCIENCE
鈴鹿医療科学大学

