

運動と食事で健康寿命を延ばしたい大人のための、糖との上手な付き合い方

# 『“適糖”生活』健康栄養セミナー

～コウ ケンテツさんに砂糖使いの秘訣を学ぼう！～

スプーン印のお砂糖でおなじみの三井製糖では、10月4日(水)『“適糖”生活』というテーマで健康栄養セミナーを開催いたします。昨今メディアでも多く取り上げられ、気にされている方も多い「糖質」という切り口から、高齢者の健康について知見を持った幅広い専門家をお招きし、無理せず楽しく実践できる栄養摂取・運動方法をご紹介します。当日は料理研究家コウ ケンテツさんの調理デモ・レシピの試食や、コナミスポーツクラブのインストラクターによる無理なく続けられる運動の紹介があります。普段何気なく使っている「お砂糖」にこだわって毎日の生活をいきいきさせてみませんか？ご応募方法は、下記をご覧ください。

## 【イベント概要】

日程：2017年10月4日(水)

場所：アリーナホール

(東京都世田谷区玉川 3-17-1 玉川高島屋ショッピングセンター西館 1F)

時間：13:00～15:15 (予定)

参加対象：60～75歳の方 30名 ※参加者多数の場合は抽選となります

参加費：無料

主催：三井製糖株式会社

登壇者：料理研究家 コウ ケンテツさん

駒沢女子大学 人間健康学部健康栄養学科教授 西村一弘先生

コナミスポーツクラブ 60歳からの運動スクール「OyZ(オイズ)」担当 今成拓郎インストラクター

三井製糖株式会社 事業開発部 奥野雅浩(お砂糖博士)



料理研究家 コウ ケンテツさん

## <イベントスケジュール>

12:30 開場・受付

13:00-13:30 <講演> 健康寿命を延ばす『“適糖”生活』とは

(駒沢女子大学 人間健康学部健康栄養学科教授 西村一弘先生)

13:30-14:00 <トークセッション> 「OyZ(オイズ)」トレーニングと「スローカロリー」な食事で、いきいき『“適糖”生活』を手に入れよう！

(料理研究家 コウ ケンテツさん、駒沢女子大学 人間健康学部健康栄養学科教授 西村一弘先生

コナミスポーツクラブ「OyZ(オイズ)」担当 今成拓郎インストラクター、三井製糖株式会社 事業開発部 奥野雅浩)

14:00-15:00 <調理デモ&試食> コウ ケンテツさんによる『スローカロリーシュガーで“適糖”生活応援レシピ』

15:00-15:15 記念撮影・終了

## 【応募方法】

一口で 2 名様までお申込みが出来ます。

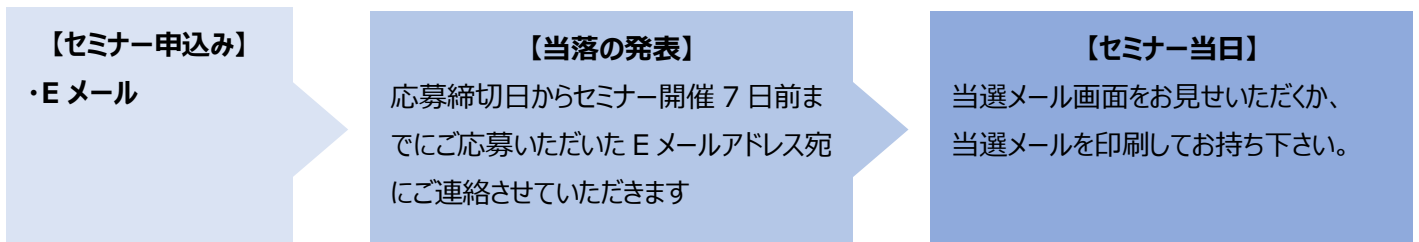
応募締切：2017 年 9 月 24 日（日） 23：59

応募先：セミナー事務局（mitsui-sugar@mc-gs.com）まで必要事項を記載し、Eメールにてお申込み下さい。

必要事項：①お名前（フリガナ） ②メールアドレス ③年齢 ④住所 ⑤当日連絡が取れる電話番号 ⑥性別  
⑦未既婚 ⑧応募動機 ⑨砂糖について知りたいこと ⑩同伴者お名前（フリガナ）  
⑪同伴者性別 ⑫同伴者年齢

※当選メールの送信をもって当選の発表と代えさせていただきます。なお、応募者多数の場合は、セミナー事務局による抽選を行ったうえで当選メールをお送りいたします。

## 【セミナー当日までの流れ】



## 【応募の際の注意事項】

※応募者の個人情報、当イベントの運営のために利用されます。応募者の同意なしに業務委託先以外の第三者に開示、提供されることはありません。（法令などにより開示を求められた場合を除く）

※当イベントに参加できるのは、当選者 1 名と同伴者 1 名のみです。

※当イベントの様子を撮影し、後日三井製糖のホームページ、雑誌広告等に掲載させていただくことがあります。ご了承ください。

※当選メールが何らかの理由で届けられない場合は、当選を取消にする場合がありますので、予めご了承ください。

※会場までの交通費は当選者の負担となります。

※会場の無料駐車券の発行はいたしかねます。

※複数回ご応募はできませんのでご了承下さい。

※お子様連れでのご参加はできません。（キッズルーム・ベビールーム等の用意もありませんのでご注意ください。）

※食物アレルギー対策は行っておりませんので、アレルギーをお持ちの方はご参加いただけません。