

機能性油脂と 生活習慣病



場所 人間総合科学大学より
映像配信 (YouTube)

講師 平子 哲史

人間総合科学大学
人間科学部
健康栄養学科 学科長補佐
准教授

料金 無料



2025年

6/27 (金) 10:00 ▶ 7/3 (木) 17:00

(放映時間 60分)

近年、日本人の食事が健康に良いことが見直され、世界的に注目されています。中でも魚を食べる事は肥満予防に効果的である事がわかってきました。n-3系多価不飽和脂肪酸のエイコサペンタエン酸 (EPA) やドコサヘキサエン酸 (DHA) を多く含む魚油は、血中脂質低下作用や抗肥満作用を持ち、心筋梗塞や狭心症などの虚血性心疾患や脳卒中などの予防効果があることが知られています。

今回は、魚油を含む機能性油脂の特性や生活習慣病に対する有効性について、最近の研究成果をふまえて紹介します。

申込方法

本学ホームページ応募フォームまたはメールにてお申込みください。※YouTube 配信の為、メールアドレス必須

申込期限：2025年6月25日 (水)

応募フォーム <https://form.human.ac.jp/forms/index.php?id=745>

右のQRコードからも簡単にアクセスできます。



メールアドレス records@human.ac.jp

下記をメールでお知らせください。

①「第85回公開講座希望」②氏名 ③メールアドレス ④この講座を知ったきっかけ



■主催：人間総合科学大学 ■協賛：日本心身健康科学会

■後援：蓮田市・さいたま市教育委員会・さいたま商工会議所・蓮田市商工会・大学コンソーシアムさいたま



学校法人 早稻田医療学園

人間総合科学大学

お問い合わせ

048-749-6111

〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込 1288 <https://www.human.ac.jp/> records@human.ac.jp

■人間科学部 健康栄養学科/ヘルスフードサイエンス学科/心身健康科学科 ■保健医療学部 看護学科/リハビリテーション学科 (理学療法学専攻・義肢装具学専攻)