

そうだったのか「がん」



～「がん」を知って、

「がん」を予防～



「がん」は日本人の病気による死因の第1位で、加齢とともに急増することから、高齢者にはとても心配な病気です。しかしがんの多くは、主に「食」を始めとした生活習慣を改善することで予防できることも判っています。毎日の「食」にもう少し関心を持ち、続けられる無理のない見直しをすることで、がんの不安が少ない日々を送っていきましょう。

日時：10月30日（木）

13:30～15:00（質疑時間を含む）

場所：2階 多目的ホール

定員：先着60名（申込制）

どなたでも
お気軽に
ご参加ください！

内容：●今さらながら、「がん」ってどんな病気？

日本人のがん
とその現状

●「がん検診」のススメ

「がん」
って？

●高齢期に「がん」が増えるのはなぜ？

●無理のない「食」で、がんを予防！！

持ち物：筆記用具

申込：9月30日（火）～

定員になり次第終了

摂るべき「食」
避けるべき「食」

講師：東京理科大学

名誉教授 元 薬学部長・薬学研究科長
理学博士 深井 文雄 氏

