

未病改善の第一歩は“選ぶ力”

～健康食品を賢く見きわめるポイント～

未病とは病気ではないものの、このまま放置すると病気になる状態をいいます。健康寿命を伸ばすためには、まだ健康なうちから食生活を見直すことが大切です。たくさんの食に関する情報があふれている現在、手軽に利用できる健康食品は魅力的ですが、一方で健康被害も後を絶ちません。「なんとなく」ではなく「納得して選ぶ」ために、賢く見極める力を高め、安心して向き合える知識と視点を身につけてみませんか？



講 師 本間 直幸 氏

北海道情報大学医療情報学部医療情報学科 教授
健康情報科学研究センター センター長
北海道大学大学院保健科学研究院 客員教授
日本食品安全協会 理事
日本未病学会北海道支部 支部長
健康食品管理士会北海道支部 支部長
(一社)フェムテック北海道 顧問

開催日 令和8年1月27日(火) 13:30~15:00

会 場 札幌エルプラザ2階会議室1・2
(札幌市北区北8条3丁目 JR 北海道北口向かい)



定 員 40名 (先着順・定員になり次第締め切り)

申込開始 令和8年1月13日(火) 8:45~

- ①～③いずれかの方法でお申込みください。
①電話:728-3131 ②FAX:728-8301
※②の場合は、氏名、FAX番号、電話番号、居住区をご記載ください。



③申し込みフォーム: <https://forms.gle/fqnJAPaty58xp1Xg7>

問合せ先:札幌市消費者センター啓発担当 ☎728-3131

*受付時の個人情報は講座終了後、適切に処理します。

*資料の配布は参加者のみとさせていただきます。



02-D03-25-2416
R7-2-1598