



# ~楽しく簡単にアンチエイジング~ 老化物質AGEsを つくりにくい生活習慣とは

東海大学農学部教授 永井竜児氏

体内に生成される老化物質の一つであるAGEs。健康的な生活を送っている人では、加齢によるAGEsの蓄積はそれほど多くはありません。しかし、不適切な食生活や運動不足などにより、AGEs蓄積が高まります。今回、「林修の今でしょ！講座」など、テレビに多数出演経験もある永井竜児教授に「楽しく簡単にアンチエイジング」をテーマに講演して頂きます。本講演により、あなたも老化物質AGEsをつくりにくい生活習慣を身につけませんか？ また、会場内では希望者（先着順100名）に無料でAGEs測定を行います。ご参加お待ちしております。



❄️ **日時** 2月23日(土)

**開演** 午前10時30分 **終了** 正午予定  
(受付 午前10時00分より)

❄️ **会場** 合志市御代志市民センター講堂

❄️ **参加費** **無 料**

❄️ **※ 先着100名に無料でAGEs測定を行います。**



東海大学農学部バイオサイエンス学科 教授 永井竜児氏 プロフィール  
1993-1995静岡県立大学大学院生活健康科学部修士課程 1995-1999熊本大学大学院医学研究科博士課程 2002-2004サウスカロライナ大学理学及び化学部客員研究員  
2004-2009熊本大学大学院医学薬学研究部病態生化学分野・助手、同助教  
2009-2012日本女子大学食物学科生化学・食品機能科学・講師  
2012-2017東海大学農学部バイオサイエンス学科・准教授 2017.4同教授、現在に至る。  
日本メイラード学会、国際メイラード学会や日本酸化ストレス学会、日本抗加齢医学会等評議員 として活躍中。医学博士。

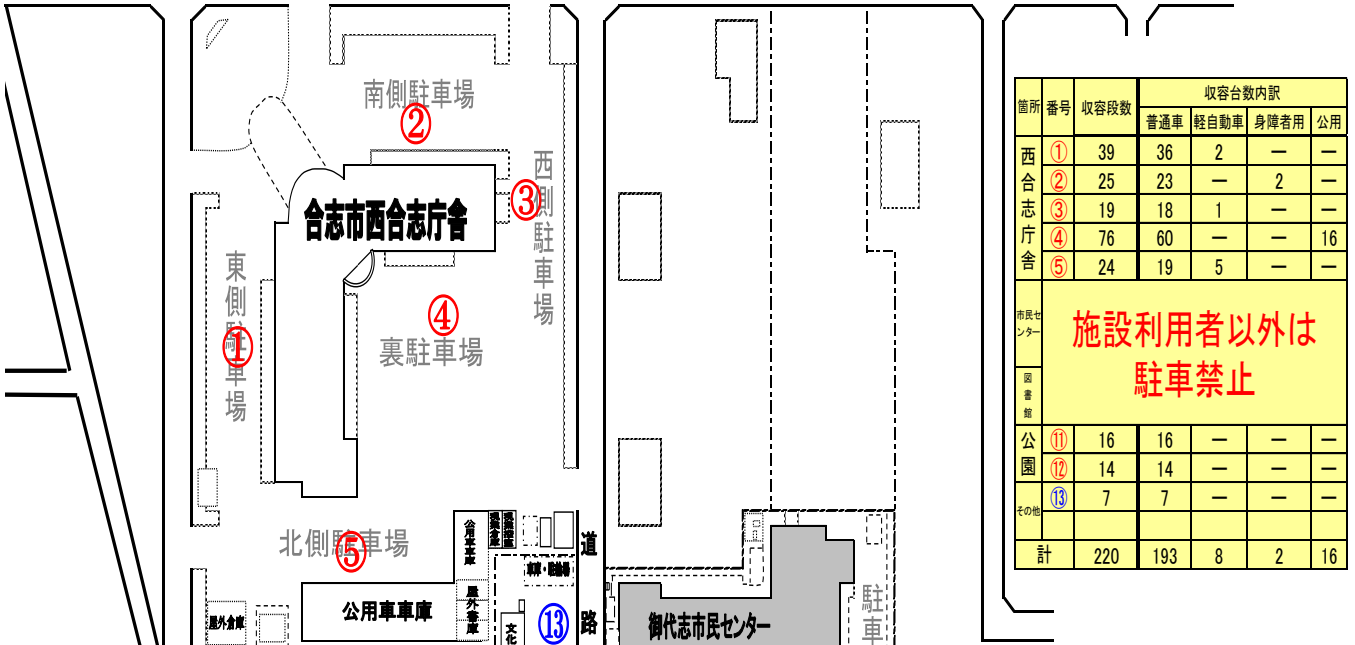
❄️ **※ 駐車場に限りがあります。出来るだけ公共交通機関や乗り合わせでお願いします。(裏面)**

❄️ 共催：ウエルネスシティこうし

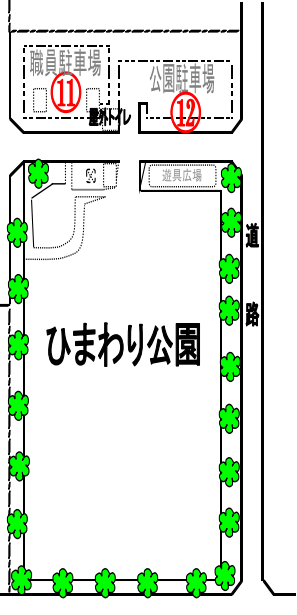
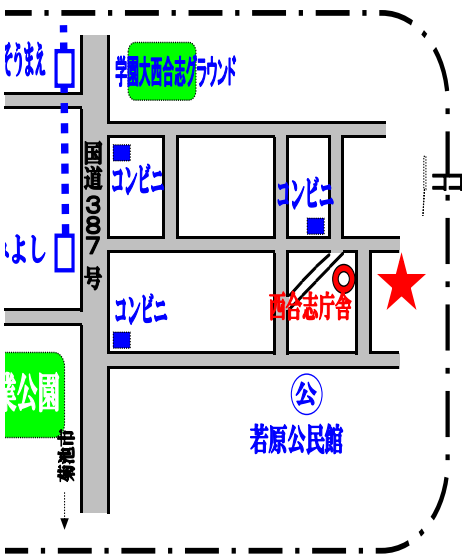
❄️ 【問い合わせ先】合志市役所健康づくり推進課  
Tel 248-1173



# 御代志市民センター周辺図



**図書館及び市民センター周辺駐車場は利用者以外は駐車できません。**



**↑ 駐車場は、ひまわり公園にお願いします。**