

食のスペシャリストたちによる、アンチエイジング医学を  
わかりやすく実践向けにした目からウロコのお話!

第11回日本抗加齢医学会総会 市民公開講座

あなたの常識を覆す!

# 食べてキレイになる コツと アンチエイジング

講演者 司会・進行 / 南美希子



## ①「食のアンチエイジング 常識・非常識」

中原英臣 (新渡戸文化短期大学学長・医学博士)



## ②「アンチエイジング調理のコツ」

堀知佐子 (管理栄養士・「菊乃井」常務)



## ③「食べて京美人を創るコツ」

堀切朋美 (京都ちどりや代表)



小桃 (宮川町芸妓)

宇山恵子 (医療ジャーナリスト)



## ④「100歳までボケない101の方法!」

白澤卓二 (順天堂大学大学院医学研究科加齢制御医学講座教授)

日時

5月29日(日)  
14:00-17:00  
(受付13:00~)

会場

同志社大学室町キャンパス  
寒梅館ハーディーホール  
(市営地下鉄烏丸線今出川駅下車)

参加費 無料

定員 600名

※参加ご希望の方は、当日直接会場にご来場ください。  
※先着順となります。満席になりましたら、  
ご入場ができない場合があります。予めご了承ください。  
※会場に駐車スペースはありませんので、ご来場の際には  
地下鉄をご利用ください。

主催:日本抗加齢医学会  
第11回日本抗加齢医学会総会  
共催:日本抗加齢協会  
後援:京都市

企画協力:  
講談社ヘルス&ビューティー・レビュー

H&B  
Health & Beauty Review