

卵はたくさん食べるとよくないの？ 卵のウソ・ホントがわかる！ “タマゴとコレステロール” のゼミナール2007



タマゴはコレステロールが高くてあまり食べてはいけないと思いませんか。
今まで医学界でも高脂血症や心筋梗塞の原因はコレステロールであると考えられ、高コレステロールの方へのタマゴの摂取を抑制してきました。しかし、タマゴのコレステロールが本当に高脂血症や心筋梗塞を引き起こすのでしょうか。最近ではこの分野の調査・研究が進み、までの常識が大きく変わろうとしています。

本ゼミナールでは、タマゴの健康への影響や優れた栄養機能等の真実(これからの常識)を、医学・栄養学の分野でご活躍されている諸先生方をお迎えして、わかりやすく、楽しく、皆様に知っていただこうと企画いたしました。

また、タマゴを美味しく食べていただくために、料理研究家の方も呼びし、皆様に実際にタマゴ料理を食べていただきながら、料理法等のお話もしていただきます。

本ゼミナールが、皆様のタマゴへの不安や疑問を解消し、毎日おいしく食べていただける機会になれば幸いに存じます。皆様からの多くのご参加を心よりお待ち申し上げます。

日本鶏卵生産者協会・社団法人日本養鶏協会 会長 梅原 宏保



参加費無料

タマゴと
コレステロール
のゼミナール
2007

- 開催日時／地域／場所 (受付13:00) (参加費：無料)
 - ◆青森：4月20日(金) 13:30～16:30 青森国際ホテル
 - ◆香川：4月24日(火) 13:30～16:30 全日空ホテルクレメント高松

●主 催：日本鶏卵生産者協会／社団法人 日本養鶏協会

お問い合わせ **tel.03-5212-6902** 事務局へのお問い合わせは、
平日9:30～12:00、13:00～17:00の間でお願いいたします
〒102-8522 東京都千代田区三番町3-8 泉館三番町1F 株式会社 協同宣伝 内「フォーラム事務局」

参加のお申し込みは裏面をお読みください

卵はたくさん食べるとよくないの？ 卵のウソ・ホントがわかる！ “タマゴとコレステロール”のゼミナール2007

本状の下記項目にご記入の上、フォーラム事務局まで
FAXまたはEメールにてお申し込みください。
申し込みが完了いたしましたらFAXまたはEメールにてご連絡させていただきます。
開催当日は本状をご持参の上、ご来場ください。開始時刻までのご入場をお願いいたします。

ご招待状（参加費無料）

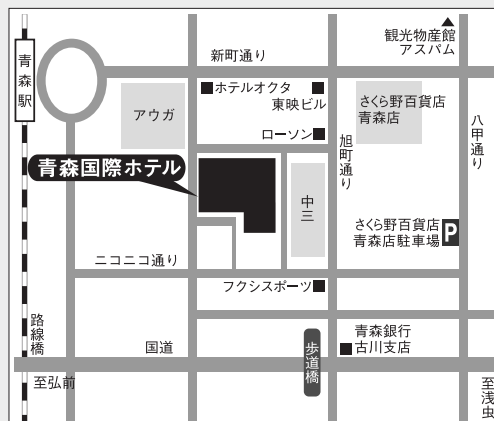
- 司会進行：小柳 美江（フリーリポーター）
- 講演【1】：高田 和明 テーマ「卵摂取は脳と体を健康にする」
◆コレステロール摂取が脳にどのように影響するのかをわかりやすく解説
- 卵料理の試食：ホテルにて調理 「おかず料理1品とデザート1品」簡単に本日の料理の説明
- 講演【2】：地元料理研究家 テーマ「たまごの美味しい食べ方、体に良い食べ方」
◆鶏卵を調理する際のポイントをわかりやすく解説
- 講演【3】：吉川 珠美 テーマ「鶏卵のコレステロールの最新事実とダイエット効果」
◆鶏卵のコレステロールはたくさん食べても大丈夫
◆卵の氨基酸でダイエット！（太りにくい体をつくる）等、管理栄養士の立場から、鶏卵の栄養機能やダイエットに関して解説
- たまご「○×」クイズ：吉川先生及び料理研究家による解説
テーマ「鶏卵の栄養機能に関するクイズ&解説」
◆卵を食べると太りにくい体になる？
◆卵を食べるとコレステロールを下げる？
等、鶏卵に関するクイズを出題し、講師の方が答えを解説

青森／香川：高田 和明（浜松医科大学 名誉教授、昭和女子大学客員教授）
青森／香川：吉川 珠美（管理栄養士・ニュートリション・セラピスト）
青森：千葉 彩子（青森県で活躍する料理研究家、栄養士）
香川：山中 美妃子（高松市で料理教室主宰、テレビ、ラジオでも活躍）

タマゴをお1人様にもれなく、
1パック（6個入り）プレゼント！

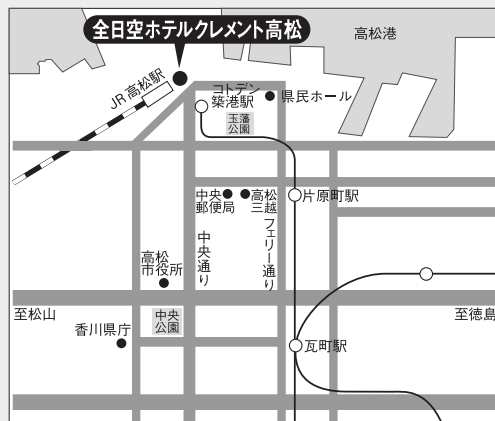
青森 4月20日(金) 13:30～16:30 青森国際ホテル／3F「萬葉の間」

所在地：青森市新町1-6-18
アクセス：●JR青森駅正面出口より徒歩3分



香川 4月24日(火) 13:30～16:30 全日空ホテルクレメント高松／3F「飛天」

所在地：香川県高松市浜ノ町1-1
アクセス：●JR高松駅正面出口より徒歩1分（駅正面）



ご氏名	ふりがな	ご住所	〒 -			
ご職業		ご年齢	参加人数	希望会場		
ご連絡先	お勤め先の場合の名称／		☐ TEL： ☐ FAX： ※ご連絡差し上げるのに都合の良い方をお書きください			

※ご記入いただきました個人情報に関しましては、お申し込み完了のご連絡をさせていただくために利用するとともに、参加者人数の把握、ご参加いただいた方の傾向を統計的に分析するために利用させていただきます。あらかじめご了承ください。

FAX.03-5212-6911 E-mail:keiran@kyosen.co.jp

株式会社 協同宣伝 内 フォーラム事務局 行き