

さわやかちば県民プラザ主催事業等実施報告

実施日	令和7年11月29日(土)		
事業名	ちばアカデミア講座4		
趣 旨	県内外の国立研究機関・大学・文化施設・各種団体等と連携し、県民に最先端科学技術・経済・文化・教育・環境・健康・安全・食生活等の情報を提供することで、県民の生涯学習の機会と現代的課題の解決に寄与する。		
会 場	さわやかちば県民プラザ 大研修室		
対 象	どなたでも		
申込方法	来所、電話または Web 申込		
募集定員	各60名	募集期間	令和7年9月26日から令和7年11月22日
参加者数	150名 〔対面64名、オンライン25名 サテライト61名〕 ※サテライト会場8箇所	参加費用	無料
講師 等	千葉大学大学院 園芸学研究院 教授 江頭 祐嘉合 氏		
実施内容	<p>内容:「腸内環境の改善について～生活習慣病・認知症予防の可能性～」</p> <p>日程:午後2時～午後2時5分 オリエンテーション 午後2時5分～午後3時45分 講演(休憩10分含) 午後3時45分～午後4時 アンケート記入、閉演</p>  		
	<p>※サテライト会場(8施設)…旭市民会館、君津市生涯学習交流センター、 さつきが丘公民館、椎名公民館、高浜公民館、 長南町中央公民館、長作公民館、みつわ台公民館</p>		
参加者 アンケート	<p>【満足度80%】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○最新の研究成果を具体的に紹介していただき、貴重な機会となった。 ○脳と腸が相互に作用していることがわかった。 ○腸内細菌叢を整えることが健康の維持・改善の肝であると理解できた。野菜、果物などを増やし普段の食事から食物繊維ほかで腸活に努めたいと思った。便移植は初めて知ったのでネットで詳しく見てみようと思った。 		

	<p>○内容が専門的で難しく、少しあわかりづらかった。</p> <p>○講演スライドには手元にない資料が多くあった。講師の説明に知識が追い付かず、残念だった。</p>
担当者の所感	<p>【成果】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本事業の趣旨である「県民の生涯学習の機会と現代的課題の解決に寄与する。」については、「腸内環境」をテーマに腸と脳が相互に作用し合って健康を保っていることについて説明していただいた。様々な病気に有効な食物、調理についても論文等をもとに説明していただくことで県民の食生活の見直し等健康意識を高めることに寄与することができた。 <p>【課題・今後の方向性】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・複数の対面受講者より会場の音声が小さいと指摘を受けた。会場人数、講師の声量等を確認した上で、早い段階で音量の調節をしていく必要があると感じた。 ・配付資料にはないスライドについて受講者から手元にないものを説明されると指摘を受けた。事前に「権利等の都合により配付資料にはないスライドがある」ことを受講者に説明していく必要がある。