

タンパク質のお話

～酵素を飲んで元気になるのか？～



私たちの身体のいたるところで活躍しているタンパク質。タンパク質はアミノ酸が多数結合した化合物です。最近よく耳にする酵素はタンパク質の一種です。

例えば、三大栄養素であるタンパク質、脂質、炭水化物は、胃や腸で消化酵素により分解され栄養として吸収できる形になります。また、タンパク質及び酵素は、野菜、果物、肉など様々な食品に含まれています。

本講座では食に関わる様々な疑問にもお答えします！



日時 **9月25日(水)**14時～15時
講師 伊藤 創平氏(静岡県立大学大学院 准教授)
会場 県立中央図書館3階会議室
定員 40人(先着順)

**参加
無料**

申込み ①来館 ②電話 054-262-1246 ③FAX 054-264-4268
④メール webmaster@tosyokan.pref.shizuoka.jp

※FAX、メールは件名を「健康医療情報講演会」とし、
(1)氏名、(2)電話番号を記入してください。
※来館の際は、公共交通機関をご利用ください。

調べる・考える・解決する
静岡県立中央図書館