

## KGU 関内大学第 2 回 タイパ時代の健康投資論

～行動の意味を知り、未来の自分をデザインする栄養学～

関東学院大学(本部:横浜市金沢区 学長:小山巖也)は、KGU オープンイノベーションスクエア「HAMARISE」を舞台に、本学の多様な「知(研究シーズ)」を広く社会へ還元し、これからのビジネスに活きる「思考の土台」を築くための教養講座を提供する「KGU 関内大学」を開校しました。「KGU 関内大学」は、文系・理系の枠を越え、すべての学問を「ビジネスパーソンのための実践的な教養」として提供し、新たな視点や「問いを立てる力」を日々の業務における課題解決や、イノベーションへと繋げていくことを目指します。

第 2 回のテーマは、ビジネスパーソン自身の身体と日常にフォーカスした「健康と栄養」です。テクノロジーの進化により、私たちは移動や食事の手間など、あらゆる行動を極限まで効率化できるようになりました。しかし、定年後も見据えた長期的な健康づくりにおいては、その「省かれた行動」にこそ重要な意味が隠されています。日々のちょっとした「無駄」をあえて生活に組み込むことが、いかに最強の健康投資になるのか、栄養学部の菅 洋子教授が紐解きます。

### 「KGU 関内大学」第 2 回 開催概要

- 日時 : 10 月 1 日 (木) 17:45～19:15 (17:15 開場)
- 会場 : KGU オープンイノベーションスクエア「HAMARISE」  
BASEGATE 横浜関内 12F (横浜市中区港町 1 丁目 1 番 1)
- テーマ : タイパ時代の健康投資論  
～行動の意味を知り、未来の自分をデザインする栄養学～
- 講師 : 栄養学部 菅 洋子教授 (専門: 公衆栄養学。対象者の行動特性に着目した減量プログラムや、高齢者の虚弱化予防を研究。)



★本学で育てたホップを使用した KGU エール (クラフトビール) を片手に、参加者同士のネットワーキングも予定しています。

★参加者限定特典として、「HAMARISE コワーキングスペース利用券 (2 回分)」を進呈いたします。

### <第 1 回参加者の声>



仕事では得られない良い刺激になった



異業種交流ができ有意義な会だった

### <KGU オープンイノベーションスクエア「HAMARISE」とは>

2026 年 4 月、BASEGATE 横浜関内タワー12 階に誕生した関東学院大学のオープンイノベーション拠点。大学の最先端研究や地元企業の技術に触れられる本施設は、ビジネスの拠点として活用できる「コワーキングスペース」の機能も有しています。業種や所属の垣根を越えてビジネスパーソンや研究者が日常的に集い、交流や連携を生み出す「共創」のプラットフォームとして、多様な人々との知的な対話や偶然的な出会いを通じて、横浜から世界へ新たな価値の創出を目指しています。

### リリースに関するお問合せ先

関東学院大学 広報課

TEL : 045-786-7049 / MAIL : kouhou@kanto-gakuin.ac.jp