

교양과 지식의 샘터

# 사천아카데미 제127강

2019년 2월 21일 (목) 오후 2시

**장소** 사천시청 대강당(민원동 2층)

**대상** 일반시민 누구나(무료강좌)

추첨을 통해  
온누리 상품권  
증정

## “내 몸을 살리는 건강밥상(백세시대)”



강사 **심선아**  
(한국식영양연구소 소장)

### 주요경력 및 활동

- 단국대학교 식품영양학 석사, 박사
- 현) 한국식영양연구소 소장 / 용인대학교 식품영양학과 초빙교수
- (사) 한국약용작물교육협회 이사
- 전문 임상 영양사 / 신품치료 임상경력 (약1만5천명) 식이요법 상담
- 2013 ~ 2018 경기도 인재개발원 건강특강 다수
- 세종시, 서울, 대전 정부청사 등 다수 시 공무원 및 시민아카데미 건강특강

### 방송출연

- MBN 천기누설, 얼토란, 엄지의 제왕, 황금알 / SBS 좋은아침, 생방송 투데이 / MBC 기분 좋은 날, 생방송 오늘 저녁, 리얼스토리 / KBS 무엇이든 물어보세요, 여유만만 등 다수

### 주요저서

- 날씬한 도시락 (이상미디어, 2015)
- 맛있게 배우는 영양 속 과학이야기 (원교재사, 2015)
- 식생활조절방법에 따른 비만인의 체중감량 효과에 관한 연구. 2009
- 비만 성인에 있어 체질식사가 대사증후군 지표개선에 미치는 영향. 2012
- 음양체질식사가 비만성인 대사증후군 지표개선에 미치는 영향. 2013.
- 대사증후군 위험인자 간의 상호 상관관계 및 혈청 CRP 농도와의 상관성 연구. 2013

문의 : 사천시평생학습센터(☎ 831-2596)

