

令和8年度
放送大学山口学習センター
周南市学び・交流プラザ

連携公開講座


運動と

ストレスタンパク質

2026.11.12 (木)
10:00~11:30

講師：杉浦 崇夫

(放送大学山口学習センター客員教授)

 周南市学び・交流プラザ
交流室4

受講無料
※要申込

運動をすると、呼吸が促進されたり、発汗するなど内部環境を一定にするために様々な変化が起こる。細胞レベルではどのような変化がみられるのか、**ストレスタンパク質の変化**から考えてみましょう。



ストレスタンパク質って？

運動や熱をはじめとする様々な負荷（ストレス）が体に加わったときに作られるタンパク質で、傷ついた細胞を速やかに修復したり免疫力を高めたりする「細胞の修理屋さん」です。

- 定員：40名（先着順・定員になり次第締め切り）
- 持参物：筆記用具
- 申込方法：電話・窓口

下記お申し込みフォームにて

- 申込期間：2026年10月14日（水）9:00～11月11日（水）17:00まで
※土日祝・休館日（10/26（月））を除く

〈主催〉 周南市学び・交流プラザ

〒746-0016 山口県周南市中央町4番10号

TEL：0834-63-1188

[\申し込みフォームはこちら/](#)

