

松本大学 人間健康学部 健康栄養学科 3年生が贈る

【おいでよ♪松大健康教室】へのお誘い

私たち松本大学健康栄養学科3年生は、「栄養教育実習」(担当:廣田直子教授)という授業の一環で地域のみなさまを対象とした健康教室「おいでよ♪松大健康教室」を行います。**ぜひ地域のみなさまにご参加いただきたい**と考えています。

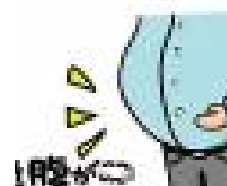
学生から、
プロから、
「健康づくり」
のヒントを
プレゼント!



お箸を正しく持つ



お酒クイズ



メタボ体験コーナー



家庭の味付け
濃くないですか?



食生活を見直そう



野菜を美味しく食べよう

参加
無料

など学生による12個のミニ講座と健康づくりの専門家による教室をご用意しています!

開催日 **平成28年7月16日(土)**

受付 9時10分～

日程 開始9時30分～

場所 松本大学(住所 松本市新村 2095-1)

6号館一階玄関ホールにて受付を行います

健康づくりの専門家

(公財)長野県健康づくり事業団のプロも
健康教室を開催します!

☆健康運動指導士 五十嵐宏美さん

☆管理栄養士 小林泉江さん

***お申し込みが必要です!**

*学生によるミニ講座(予定)

9:30～高齢期の方へ

9:50～成人期の方へ

メタボやお酒クイズ

10:30～幼児学童期の方へ

蒸しパンの試食など

*並行してプロによる講座

10:30～長野県健康づくり事業団による「すぐできる!動ける体を作るコツ」運動講座と栄養講座

*午前の部は12時に終了し、午後の部も同じ講義や教室を

事前に下記までお申し込みをお願いします。

1. 松本大学 健康栄養学科助手 石澤美代子(いしざわみよこ)
2. 電話 **0263-48-7365(直)**
3. メール miyoko.ishizawa@matsu.ac.jp
4. **7月11日(月)13時まで***定員になり次第締切ることがあります
*代表者の氏名と連絡先、参加人数を教えてください。

