



平成28年7月13日

報道関係各位

健康栄養学科3年生による健康教室

「おいでよ♪松大健康教室」取材依頼について

拝啓

盛夏の候、貴社におかれましては、ますますご盛栄のこととお慶び申し上げます。日頃より本学の教育に対しましてご理解ご協力をいただきお礼申し上げます。

過日7月4日配信の通り、今回、松本大学人間健康学部健康栄養学科3年生の「栄養教育実習」という授業の一環として、「おいでよ♪松大健康教室」を開催致します。現時点で30名強の参加者をお迎えし、本教室を開催できる運びとなりました。ここまでの参加募集に関し、報道各社のご協力に感謝申し上げます。

本教室では、学生がこれまでの学修を踏まえて栄養教育のプランを作成し、お子様からお年寄りまでの各世代の皆様へ、ご自身の健康や栄養について知っていただける講話や体験型の講座を12種類行います。試食、みそ汁の試飲、野菜の計量体験を行ったり、教育手法も寸劇ありペープサートありミニ講義ありといろいろ楽しめる内容と考えています。詳細は別紙チラシをご参照ください。

また、並行して（公財）長野県健康づくり事業団の五十嵐宏美健康運動指導士、小林泉江管理栄養士という健康づくりのプロをお招きし、運動と栄養の健康講座も開催します。

「学生から、プロから、『健康づくりのヒント』とプレゼント！」を合言葉に、多くの健康づくりの「種」を地域の皆さまにお届けしたいと思っています。

報道各社に置かれましては、ぜひ本教室をご取材いただき、本学の様子を地域の皆様に広くご紹介いただきたく、よろしくお願い申し上げます。

敬具

■本件に関するお問合せ

松本大学健康栄養学科 教授 廣田直子 E-mail:naoko.hirota@matsu.ac.jp

助手 石澤美代子 TEL:0263-48-7365 (直)

E-mail:miyoko.ishizawa@matsu.ac.jp



2016年7月16日(土) **おいでよ♪松大健康教室 当日プログラム**

～ご希望の講座の時間に合わせてお越しください～

	6号館633教室 (学生)			6号館634教室 (プロ)	
	主な対象者	演題	演示形態	対象者	演題
9:25～		開講式			
9:30～	成人期～ 高齢期 など 大人全般	高齢期に不足しがちな栄養素	ミニ講義とクイズ		
9:40～		家庭の味付け濃くないですか？	ミニ講義と試飲		
9:50～		メタボの怖さ	寸劇		
10:00～		メタボ体験	体験型ミニ講義		
10:10～		野菜足りてますか。 レンジでできる簡単料理	参加型講義と試食		
10:20～		楽しくお酒とつき合おう！	ミニ講義		
10:30～		お酒から体を守ろう！	ミニ講義		
10:40～	幼児・ 学童期	バランスよくたべよう！	ペープサート	成人期～ 高齢期 など 大人全般	すぐできる！ 動ける体を作るコツ (1回目) 10:40～11:20 運動講座 11:30～12:10 栄養講座
10:50～		やさいをおいしくたべよう！	ミニ講義と試食		
11:00～		よくかんでたべよう！	指人形劇		
11:10～		おはしをたたく、たべものをのこさず	ペープサートと実演		
11:20～	大学生	食生活を見直そう！	寸劇型講義		
12:10～					休憩
12:20～				成人期～ 高齢期 など 大人全般	すぐできる！ 動ける体を作るコツ (2回目) 12:20～13:00 運動講座 13:10～13:50 栄養講座

*プログラムは変更になる可能性があります。

連絡先: 0263-48-7365(松本大学:石澤美代子)2016.7.13



学校法人松本学園

松本大学

PRESS RELEASE

〔発信〕松本大学入試広報室

〒390-1295 長野県松本市新村 2095-1

TEL0263-48-7201 FAX0263-48-7291

<http://www.matsumoto-u.ac.jp>