

第6回 健康展

参加費
無料

テーマ

減塩とダイエット ～健康的に美しく～



日時

平成28年 **11月12日** **土** 9:30～14:30

場所

ホルトホール大分

エントランスホール1F
サテライトキャンパス大分2F

先着70名
オリジナル減塩弁当を無料配布
お弁当をたべながらセミナーに
参加しましょう



平成27年度減塩弁当

イベント内容

- ・ 減塩ポスター・レシピの掲示 (学生考案の減塩料理レシピを配布します)
- ・ 食品展示 (食品中の塩分量や糖分量の展示を行います)
- ・ 食事相談 (社・大分県栄養士会管理栄養士が食事の相談にお答えします)
- ・ 食事調査・血圧測定・骨密度測定など

講演内容

10:30～11:15

ミニ講演「コンビニ食を調べて見ました」

学生たちが作成したポスターを紹介します

11:15～11:45

育ドル娘による食育ステージ

食育ダンスや紙芝居をお楽しみください!

12:00～12:50

ランチオンセミナー(低カロリー弁当無料配布)

学生たちが考案した弁当や低カロリーレシピを紹介します

13:00～14:30

特別講演「今日からプラス10(テン)」

～今より10分多くからだを動かそう～

受付で引換券
を配布します

体操も
あります

講義	元気づくり支援研究会	健康運動指導士	平松裕章先生
実技	元気づくり支援研究会	健康運動指導士	木元雪絵先生

随時受付(当日受付も可)電話もしくは、FAXにてお申込み下さい。

お申し込み
お問合せ先

別府大学短期大学部食物栄養科 〒874-8501 別府市北石垣82

TEL

0977 - 66 - 9655

担当教員

緒方、土谷

主催 別府大学短期大学部食物栄養科

後援

大分県・大分市・大分県栄養士会・株・大給