

東京聖栄大学
健康栄養学部公開講座
講座番号 No. **1**

健康栄養講座 【座学講座】

<皆で広げる食育の環！>

「かつしか区民大学」対象講座

定員

70名

講師

東京聖栄大学健康栄養学部管理栄養学科 講師 **吉田 真知子**



講座内容

「食育」とは、様々な経験を通じて「食」に関する知識とバランスの良い「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むことです。

食事は、健康な体だけでなく、心を育むためにも大切なものです。

人生100年時代を健康でいきいきと過ごすためにも、今一度「食育」について一緒に考えてみませんか？

実施日時

2019年6月8日(土) 10:00~12:00

会場

東京聖栄大学1号館(JR新小岩駅より徒歩1分)

参加対象者

15歳以上の方

申し込み方法

往復ハガキでご応募ください。

ご応募締切日

2019年5月20日【必着】応募者多数の場合は抽選になります。
※応募結果は返信ハガキにてお知らせします。発送は2019年5月21日頃の予定です。

費用

無料

持ち物

筆記用具