

～大妻同窓会愛知設立80周年記念講演～

食と健康 Q&A

—自分の健康を自分で守るために—

日時：平成24年5月26日(土)10時～11時30分

場所：名鉄グランドホテル 楓の間(11階)

名古屋市中村区名駅1丁目2-4 Tel:052-582-2211(代表)

講師：堀口 美恵子 准教授

【大妻女子大学短期大学部家政科(栄養学研究室)】



近年、市場には疲労回復や痩身効果などをうたった様々な健康食品が流通し、健康に関する情報も氾濫しています。このような情報に振り回されず、自分の健康を管理するためには、科学的根拠のある正しい情報を選択することが必要です。

今回は、健康を守るために知っておきたい「栄養学の基礎知識」及び「保健機能食品の表示」について、クイズ形式でお話します。また、簡単な質問表により自分の身体的・精神的疲労度をチェックし、健康管理に役立てましょう！



受講料：無料

定員：50名(先着順 事前に電話でのお申し込みが必要です。)

お問い合わせ・申し込み先：052-563-0181

主催：一般財団法人大妻コタカ記念会 <http://www.otsuma-kotaka.or.jp/>

協力：大妻同窓会愛知

当法人は、学校法人大妻学院の卒業生および在学生、在校生で構成され、公益目的として文化講演会などの事業を行う一般財団法人です。