

さくようヘルスケアレストラン & 健康セミナー 「セタ ～和食で健康に～」

健康寿命の延伸

さくようヘルスケアレストランは、くらしき作陽大学食文化学部を中心に、学内の健康増進と学生の社会人力養成のために開設されたレストランです。その中で、一次予防の考え方に沿って、生活習慣病などの疾患を未然に防ぐための工夫を盛り込み、尚且つ美味しい食事の提供を目指して、学生達が献立作成や調理に取り組んでおります。また、食環境コーディネートやメニュー開発にも力を入れて来ました。



この度は、広く地域の方々をお招きし、健康セミナーとともに食事を提供する運びとなりました。是非ご参加いただき、美味しく、楽しい食生活を自らデザインし、健康長寿を目指していただきたいと願っております。当日は、くらしき作陽大学附属認定こども園の園児と音楽学部とのコラボレーションも楽しんでもいただく予定です。



プログラム

11:45 受付開始 (くらしき作陽大学 5号館 1階ロビー)

12:00 ~ 12:50 さくようヘルスケアレストラン

【メニュー】

- ・ピリ辛そうめん
- ・星型押し寿司
- ・鮎の塩焼き
- ・茄子の味噌マヨ炒め
- ・セタゼリー



13:10 ~ 14:00 健康セミナー

『一次予防のための食事とは』 講師：吉田純子先生

「一次予防」という言葉を聞いたことがありますか？
バランスの良い正しい栄養が摂れていますか？
私は大丈夫！と思っても、ここで再確認してみましょう。

〔日 時〕 2018年 7月 5日 (木) 12:00 ~ 14:00 (受付開始は 11:45)

〔会 場〕 くらしき作陽大学 5号館 (受付場所は 5号館 1階ロビー)

〔参加費用〕 800円

〔定 員〕 50名

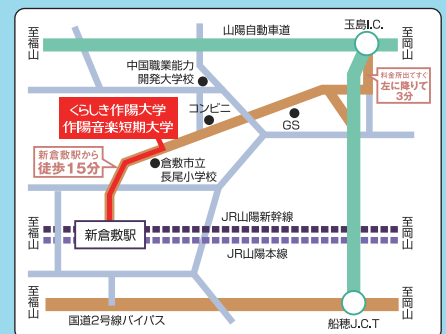
※申込先着順で定員になり次第締め切らせていただきます。

〔申込締切〕 2018年 7月 1日 (日) 18:00 まで

〔申込方法〕 下記の申込み事項をご記入いただき、
FAX (086-436-0283) でお申込みください。

〔お問合せ先〕 くらしき作陽大学 事務局 入試・企画広報
TEL 086-523-0860 FAX 086-436-0283

〔大学へのアクセス〕



▼ さくようヘルスケアレストラン&健康セミナー 参加申込書 ▼

氏 名	フリガナ	性別	男 ・ 女	年齢	歳
	姓				
住 所	〒□□□-□□□□				
	市 区		町 名		
電話番号	— —		番 地		