

～元気で長生きするための



食

育

講

座

～
実習付

～健康な生活を送っていますか？～

☆元気で長生きするために、食事で骨の健康を保つ方法について学びましょう。

☆第2部の実習では、上手にカルシウムを摂るためのコツをお伝えします。



第1部 平成28年9月13日(火) 午後1時半～3時

場所 西図書館 集会室 *骨密度や握力測定を行います。

第2部 平成28年10月1日(土) 午前10時～12時半

場所 名古屋文理大学短期大学部

E館1階 第1調理実習室 (裏面地図をご覧ください)

*持ち物：エプロン、三角巾、手ふきタオル

*材料費 500円

申込

8月23日 午前9時30分～

先着順、電話・来館どちらでも結構です

定員

30名 (1部・2部とも参加できる方)

*材料費は、実習前日までに図書館までお願いします(13日でも結構です)

お問い合わせ

名古屋市西図書館 ☎052-521-1451

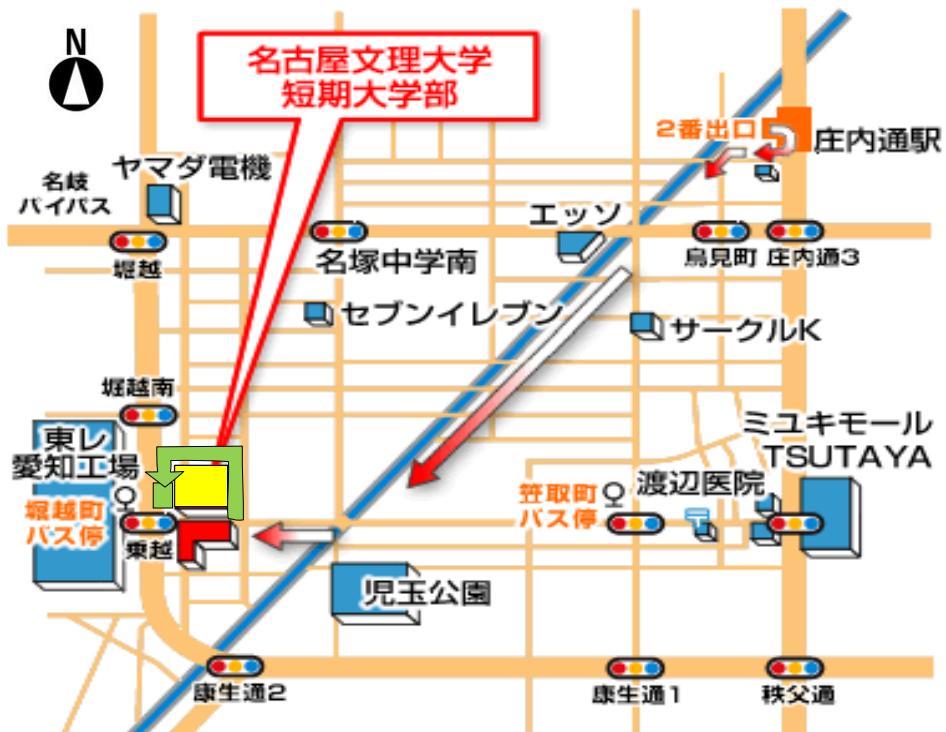
*大学の場所は、下記の地図をご覧ください。

*当日の交通手段

公共交通機関をなるべくご利用ください。

台数が限られますので、駐車場があります。車をお使いになる方は、事前にご相談ください。

実習室は正門を入って右手の建物（北側）の1階です。



実習室は正門を入って右手(北側)の建物の1階です。駐車場は建物西側(正門反対側)です。駐車場入口は一方通行のため、矢印に沿ってお進みください。