



# 健康教育講座

## 自分に足りない栄養素を セルフチェック！

— 少しの工夫で、あなたは今以上にきれいに健康的になれる！ —

講師：高知県立大学健康栄養学部 中村 富予 先生

<池キャンパス>

日時：平成25年5月30日（木）17：50～18：50

場所：池キャンパス 共用棟2F 大講義室

<永国寺キャンパス>

日時：平成25年6月4日（火）15：55～16：55

場所：永国寺キャンパス 講義棟2F 203教室

**2回生は、全員参加してください！！**

\*文化学部の2回生で授業のある方は、授業を優先していただいてOKです。

2回生以外でも、1人暮らしの学生さんや

食生活に興味のある学生さんの参加も大歓迎です。

楽しいお話の中で、「今日からやってみよう！」と思えるような食生活の改善方法がきっと発見できると思いますよ～

