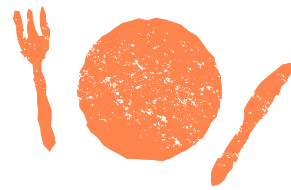


R8年度 第1回 ほけかん高岡ワークショップ

「バランスの良い食事で 健全な体を作ろう！」



～食育SAT(サット)システム体験:プチ相談もできる!～
食品サンプルを使って、普段の食事バランスをチェック

ベジチェックも体験できます!(手を乗せるだけで野菜摂取量を測定)

※SATシステム体験は申込み不要。
開催中に、ふらっと立ち寄って、気軽に参加できます。

所要時間 約10分
参加費 無料!

食育SATシステム
(foodmodel.com)より

6月24日 (水)

12:10～14:00

(開催中の出入り自由)

場所: 高岡キャンパス

エントランスホール

対象: 本学全学生・教職員

講師: 栄養アドバイザー 森本鈴子

(富山県栄養士会 管理栄養士)

内容: ①SATを使った食事バランスチェック体験

②ベジチェックを使った野菜摂取量測定

③自身で選んだ食事傾向の解説

④希望者にプチ相談

★管理栄養士による個別相談会も同時開催!

SATシステムコーナー

日頃の食事を食品サンプルを使って
食事バランスチェックできます。

トレイを機械に乗せるだけで、楽しい効果音とともにその場で判定♪

栄養相談コーナー

食生活を見直したい方。
健康的に肥満を改善したい方。
この機会にご相談ください。

1人暮らしの

食事アドバイス

1人暮らしの食事、自分
はもちろん、育児・介
護中の家族の相談もOK

主催: 富山大学保健管理センター高岡キャンパス

TEL: 0766-25-9134

お問い合わせ先

mail: soudan@tad.u-toyama.ac.jp



SATシステム詳細は
QRコードからチェック!

