大阪樟蔭女子大学
OSAKA SHOIN WOMEN'S UNIVERSITY

健康栄養学部 健康栄養学科 公開講座

生涯の健康は
成長期の栄養から始まっている！？

～運動・成長・骨の健康に重要な“カルシウム”について知ろう！～

日々に活かせる栄養学講座を、**中高生は“無料”**で、**大人はワンコイン**で受講できます。
中高生のお子様がいらっしゃる方、スポーツをされている方、栄養学に興味がある方、
本学への進学を検討されている中高生の方、どなた様もご参加可能です。
皆様がすぐに使えて、健康に繋がる栄養学を学べる機会です。是非、ご参加ください！

講座内容

1. カルシウムと骨の意外な関係性
2. 中高生のためのスポーツ栄養
3. カルシウムたっぷりのお弁当を作ろう！（調理実習）
4. 本日のまとめ

日　時　：**2024年10月5日(土)10時00分～13時50分**
会　場　：大阪樟蔭女子大学（近鉄河内小阪駅から徒歩4分・JR河内永和駅から徒歩5分）
対　象　：中学生・高校生、一般社会人
定　員　：25名 (最少催行人数 5名)
受講料　：中学生・高校生 無料、一般社会人 500円
講　師　：1・4 青 未空 講師、2 角谷 雄哉 准教授、3 上田 由香理 講師
申込期間　：2024年8月26日(月)～ 9月20日(金)

※自然災害などによって開催困難な場合は、2025年2月8日(土)に延期いたします。

申込方法　**2024年8月26日(月)**より申込開始
(定員になり次第、申込終了とします)

イベント管理プラットフォーム**「Peatix」**から
お申し込みください。
☜こちらから本学のPeatixのページにアクセスできます。