

# < 高校生向け講座 >

## 食べることの大切さと健康について学ぼう！

開 講 日：11月4日（日）

時 間：13:00～16:00

募集人数：高校生 20人

受 講 料：無料

応募締切：~~10月22日（月）~~＜必着＞ ※延長しました。

10月30日（火）＜必着＞

内 容： 食べ過ぎはなぜ健康によくないか？偏食はなぜいけないか？味わって食べることの大切さをみんなで考えながら学びたいと思います。講義の後に実習室で、ご家庭で実際に使っている塩を持ってきていただき、自分たちで食塩中のカルシウムとマグネシウムの濃度を測定したいと思います。

講 師：廣渡祐史（健康開発学科准教授）