

長生きの秘訣は、

食にあり！

2025年

5月31日(土)
10:00～12:00

参加無料
要事前申込

定員
30人程度

いつまでも健康で過ごしたい！誰もが願うことです。それには毎日の食生活が大切です。愛知医大の先生や学生さん、参加したみなさんと一緒に楽しみながら考えてみませんか？

会場

北小校区共生ステーション

〒480-1162 愛知県長久手市段の上2901

内容

- ・ バランスのとれた食事はなぜ大切なの？
- ・ 年齢に応じた食事とは？その量は？
- ・ 老化のクセモノ「糖化」とは？

講師

愛知医科大学看護学部 准教授（成人看護学）

森 莉那先生

お申込み

下の二次元コードをスマホのカメラで読み込んで、必要事項を入力してお申し込み下さい。



主催：北小学校区まちづくり協議会

協力：愛知医科大学看護学部附属ヘルスケア共創センター地域連携部門
みんまちフォーラム実行委員会

お問い合わせ先

北小校区共生ステーション

☎ 0561-57-5600