

# あなたの食生活は「健康」??

～日頃の食生活を振り返ることから始めよう～

- **日時** 2019年11月23日(土) 9時～14時
- **会場** 北名古屋市健康ドーム 1階

(北名古屋市ふれあいフェスタ内企画)

## バランスのいい食事って??

日頃の食生活を振り返って  
改善ポイントを見つけましょう

## どれだけ食べる?

自分の手を計りにして食材の  
適量を知りましょう



## 恐るべし! 飲み物の砂糖

日頃よく飲む清涼飲料水に含まれる  
砂糖の量を見てみましょう



問い合わせ先：愛知医科大学看護学部 総務課（看護実践研究センター担当）

TEL：（0561）63-1598（直通）

FAX：（0561）63-1596

メール：kangoprc@aichi-med-u.ac.jp

☆愛知医科大学は2012年に北名古屋市と包括連携協定を締結しています。

## 会場アクセス

### 北名古屋市健康ドーム

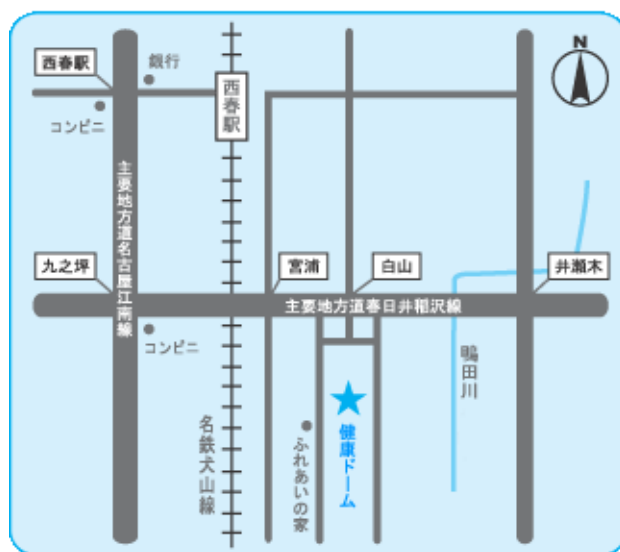
住所：北名古屋市九之坪笹塚 1 番地

電話番号：0568-23-7006



◎名鉄西春駅下車、「きたバス」にて健康ドーム下車し、会場へ

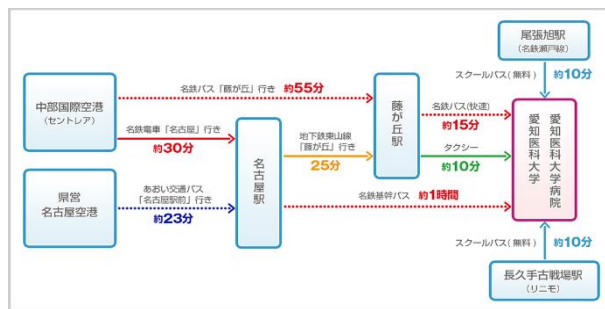
案内図



## [愛知医科大学のご案内]

所在地：長久手市岩作雁又 1-1

交通のご案内



愛知医科大学医学部・看護学部

大学見学，随時受付中

