

# やさしい実験による 食と健康

**会場** 南九州大学 宮崎キャンパス (宮崎市霧島5丁目1-2)

**10月1日 土**

[受付 9:30~10:00]

定員  
30名

参加費  
無料

事前  
申込制

講師 / 出口 佳奈絵、原田 玲奈、小川 綾、堀田 恵  
(南九州大学 管理栄養学科)

講話

10:00~11:00

- 食生活による健康づくりと生活習慣病予防について
- 「食と健康」に関する3択クイズから食育の大切さを知る

学生による /  
やさしい  
実験

11:00~11:30

- 野菜や果物の抗酸化作用による健康効果
- 食材による消化力アップに関する実験

**申込方法**

大学ホームページから、本講座の **申し込む** より  
必要事項をご入力後、【送信】ボタンを押してください。

南九州大学 2022公開講座 **検索**



こちらから  
簡単申込み♪

いつ食べる  
何を食べるか  
食を知る