

2018/2/10(土)  
13:30~15:00

**みんなの学校**  
Study  
Community  
Information  
Shop  
Event  
Gallery  
まちなか交流スペース

## 最年少DNA栄養学講師と考える！ 『食事と健康』

- ・将来一人暮らしを始めたとき、健康的な食生活を送れるための必要な知識を知ってほしい！
- ・間違ったダイエットをしがちな中高生に正しいダイエット、健康的な体型について知ってほしい！
- ・進路を考える上で、管理栄養士や栄養学について知ってほしい！

### という思いから

奈良女子大学食物栄養学科3年& St Flair®DNA栄養学最年少講師が  
中高生の皆さんにお話しします！

調理実習では、中高生に不足しがちな栄養素を摂れるような  
スイーツを作ります！

当日は奈良女子大学生活食物栄養学科3年で一番のしっかり者も  
講師として参加します！



神田真希  
・St Flair®DNA栄養学  
最年少講師  
・奈良女子大学3年

時間	内容
13:30	各栄養素の不足から起こる症状についての話
13:45	正しいダイエットとは？
14:00	調理実習
14:30	試食
14:45	質疑応答
15:00	終了

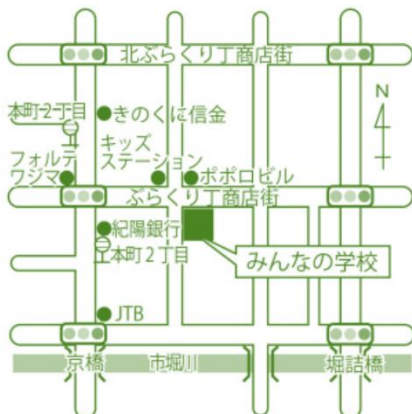
対象: 中高生  
定員: 7名程度  
場所: みんなの学校  
参加費: 調理実習費として300円

申し込み方法:  
下のQRコードを読み取って頂くか、  
下記メールアドレス宛に  
・名前  
・生年月日  
・性別  
を記入してメッセージを送信してください。



### 《お問い合わせ》

pam\_kanda@cc.nara-wu.ac.jp  
または、右のQRコードを読み取ってください。



まちなか交流スペース「みんなの学校」  
住所: 和歌山市米屋町2(ぶらくり丁商店街内)  
電話: 073-460-2028  
開業時間: 午前11時~午後7時まで  
(イベント等により変更する場合があります。)  
定休日: 火曜日(イベント等により変更する場合があります。)