

すこ  
健

◆青森県生協連・東北女子大学 共同企画◆

# やか食<sup>ショッ</sup>ピング


in コープ松原店

- 青森県は、新鮮で豊富な食材に恵まれています。しかし、残念ながら健康寿命はワースト1です。
- 生活習慣病の予防には、「運動」と合わせて「食習慣の見直し」が大切です。
- 今回は、東北女子大学 健康栄養学科の教員・学生と生協によるコラボ企画です。

日時

12月4日(月)  
14:00~15:00

場所

コープあおもり松原店  
コープカフェ 



\*\*\*\*\* 健やかプログラム \*\*\*\*\*

## 1 食と健康のよもやま話

東北女子大学 加藤 秀夫  
(県立広島大学 名誉教授)

申込  
必要

2

買い物カゴから食生活を計る  
健やか 食ピングツアー



もれなく  
「お楽しみ抽選」  
付き♪

(先着15名)

## 3 食生活による健康力アップを考える

東北女子大学 妹尾 良子

②の申込方法 コープ松原店 サービスカウンター までお越しください

問合せ先 東北女子大学 地域資源活用研究センター(太田・出口) ☎0172-33-2289