



- 青森県は、新鮮で豊富な食材に恵まれています。しかし健康寿命はワースト1です。その大きな原因は食生活の乱れや運動不足です。
- 東北女子大学健康栄養学科の講師陣による「楽しく、知って得する」予防医学の講演会に是非ご参加ください。

わかりやすい科学的データ、食に関する実験やクイズ（賞品あります）などなどの楽しい講演会です。身近な疑問にもお答えします。



(c)2012  
CO・OP共済コーすけ

# 「食と健康」講演会 「いつ食べるか 何を食べるか 食を知る」

参加費無料／お申込み不要

☆開催時間はいずれも 13 時～15 時です。（受付：12 時半より）

- 青 森 市：県民福祉プラザ ホール【2017年12月13日（水）】
- 弘 前 市：弘前文化センター ホール【2018年1月22日（月）】
- おいらせ町：み な く る 館 ホール【2018年2月14日（水）】
- 八 戸 市：八戸市公民館 ホール【2018年2月15日（木）】
- 五所川原市：オルテンシア 交流ホール【2018年2月16日（金）】

## ★ 講 師 陣

加藤秀夫・西田由香・松本範子・妹尾良子・前田朝美・出口佳奈絵  
花田玲子・山田和歌子・田中夏海・江良真衣（東北女子大学）

主催：青森県生活協同組合連合会 / 共催：東北女子大学・生協コープあおり・青森県民生協・青森県庁生協・青森保健生協・生協とわだ・八戸医療生協・八戸市職員生協・津軽保健生協・十和田市職員生協・弘前大学生協・生活クラブ生協 / 後援：青森県・青森市・八戸市・弘前市・五所川原市・おいらせ町・青森市教育委員会・八戸市教育委員会・弘前市教育委員会・五所川原市教育委員会・おいらせ町教育委員会・東奥日報社・デーリー東北新聞社・陸奥新報社・RAB 青森放送・青森テレビ・青森朝日放送・青森県食生活改善推進員連絡協議会 / 協賛：コープ共済連

お問合せ／青森県生活協同組合連合会 ☎017-766-1521（三浦・鎌田）