

## 2024年度 尚絅学院大学図書館 連続講演会

## 第2回 「子どもと食生活」

心も体も成長する大切な時期、食べ物はすぐに効果の出るものではありませんので、ていねいに毎日積み重ねることが大切です。子どもたちの健やかな成長のためには何が大事なのか、共食、スポーツ栄養、熱中症予防の観点から、一緒に考えてみましょう。

日時

8月24日(土)10:30~12:00



## 第3回 「豊かな人生と食事」

よりよい人生を目指した食生活の取り組みに、遅すぎるということはありません。「食べること」「料理すること」に苦手意識がある方も、挑戦してみることが大切です。たくさんの経験が自信になり、豊かな人生につながっていきますので、そのきっかけづくりを考えてみましょう。

日時

10月26日(土)10:30~12:00



講師



山城 秋美 尚絅学院大学 健康栄養部門 准教授

&lt;プロフィール&gt;

宮城県生まれ

仙台大学大学院 スポーツ科学研究科 スポーツ科学修士号を取得

色麻町に管理栄養士として勤務（小学校、保育所、病院、老健、福祉課）

2011年 仙台白百合女子大学

2023年 尚絅学院大学 総合人間科学系 健康栄養部門 健康栄養学群 健康栄養学類

公衆栄養学分野を担当し、「公衆栄養」「ライフステージの栄養管理」「スポーツ栄養」などを研究

資格取得：管理栄養士、公認スポーツ栄養士、健康運動指導士、介護支援専門員など

参加申し込み

QRコードよりお申し込みください



会場

尚絅学院大学図書館セミナールーム

受講料

無料



## 尚絅SDGs Action

尚絅学院大学は、東北を「持続可能な社会」として次世代に引き継いでいくためSDGsを推進しています。

※SDGsとは、2015年9月の国連サミットで採択された、2030年に向けて世界が合意した「持続可能な開発目標」のことです。17のゴール・169のターゲットから構成されています。



尚絅学院大学

Passion with Mission

熱い心、響かせる