



札幌保健医療大学  
Sapporo University of Health Sciences

2025年度 公開講座

# 健康をつくる 正しい食べ方

～自分の「食べ方」を  
チェックしてみましょう!～

# とは?



体験コーナーも  
あります!

入場  
無料

定員  
50名

託児あり  
5名程度  
\*3歳以上の  
預かりのみ

講師 百々瀬 いづみ 教授 (札幌保健医療大学)

座長 河崎 和子 教授 (札幌保健医療大学)

ご自身の食事が「正しい食べ方」かどうかを考えたことはありますか? 健康的な食事には、食べるもの・量・時間帯など、大切なポイントがあります。この機会に食生活を見直し、より健康的な習慣を身につけましょう。皆さまのご参加をお待ちしております!

2025年 6月7日 土  
10:00 ~ 12:00

会場

札幌保健医療大学

4号館 4308多目的室

札幌市東区中沼西4条2丁目1-15

\*お車で越しの方は本学敷地内の駐車場をご利用ください

## ▶お申込み方法

1. WEB予約: 「申込みフォーム」より予約
2. お電話: 011-792-3350

(受付時間 10:00~17:00 土日祝を除く)

\*お預かりした個人情報は「個人情報保護に関する法律」に基づいて適切に取り扱い、本講座における保険加入(主催者負担)および連絡以外の用途には使用しません。

## ▶無料送迎バス【要予約】

【集合時間・場所】 ① 8:50 札幌駅 東みどりの窓口前 / ② 9:20 新道東駅 <紳士服の山下横>

【往路】 9:00 札幌駅北口 出発 【復路】 12:15 本学 出発

9:25 地下鉄 新道東駅 出発 12:30 新道東駅 到着

9:40 本学 到着 12:55 札幌駅北口 到着

お申込みはこちら▶  
リンク先より会場への  
アクセスなども  
ご確認いただけます。

