

食生活

を

振り返ってみよう



カロリーって何？

たんぱく質をどのくらい食べていますか？

自分の食生活をエネルギー摂取とたんぱく質摂取の観点から一緒に考えてみましょう。

むらた まさつね

講師：村田 容常 先生

(お茶の水女子大学名誉教授/放送大学客員教授)

日時：2024年2月25日(日)

10:00～11:30

(休憩)

11:45～13:00

場所：放送大学東京足立学習センター 講義室1

対象：放送大学在學生

定員：20名(先着順)

申込先：下のURLまたは、右下のQRコードより申込み

<https://forms.gle/zqdCRpsS5KzME6F99>

※なお、開講日程・会場は都合により変更、実施方法の変更、又は中止になる場合もありますので、予め御了承ください。また、受講による単位の付与はありません。

