

2019年度

第2回 組合員活動スキルアップ講座

# あなたの食生活大丈夫？ チェックで食事を見直そう

BDHQに取り組んでもらい、結果を使って、  
あなたの食習慣からの健康づくりを提案します。

## 2019年7月25日(木)

時間: 10:00~12:30

会場: 福井県民生協本部センター 会議室 (福井市開発5丁目1603番地)

講師: 東京大学教授 佐々木 敏 氏

(1957年、三重県生まれ)

東京大学大学院社会予防疫学分野教授。医師。食習慣と健康との関連を明かし、病気にならない食生活の解明と正しい食・健康情報の普及に努めている。近著：佐々木敏のデータ栄養学のすすめ（女子栄養大学出版社）



持ち物: タブレットまたはスマートフォン

※BDHQとは・・・簡易型自記式食事歴法質問票。食事調査法の一つ。BDHQ調査を実施することで、個人それぞれの食習慣を知ることができます。

※講座までにあらかじめBDHQの診断を行って頂き、当日は質問票を見ながら講師のお話を聞いていただきます。

【お申込み・お問合わせ先】

★県民せいきょうコールセンター  
0120-016-165

＜受付時間＞

平日 午前8:30~午後8:00  
土曜 午前9:00~午後5:00

※お電話、Webにてお申込みください。

または、裏面にあるお申込み書を地区本部スタッフまたは、各ハーツのお店サービスコーナーにお渡しください。

Web申込みはこちらから →

