

忙しい方こそ、バランスの良い食生活を。
管理栄養士が、桂キャンパス内でアドバイスします！

学生対象！

京都大学保健管理センター

保健指導訪問サービス始めます！

「保健指導」や「栄養指導」というと、ちょっと近寄りがたいイメージがあるかもしれませんね。一度受けてみようかな、でも、まとまった時間が… そんな忙しく毎日をお送りのみなさまへ！

ちょっとした体調のことで聞きたいこと、習慣化している「おやつ」や「カップラーメン」のこと、ちまたに広がる、サプリメントや健康食品、美容ドリンク…！？ 効くのかなあ…(@_@)??
PC作業ばかりで体型が気になる。肌荒れしやすい、風邪をひきやすい…などなど

**最近忙しくて、食事は適当にすませてしまう・・・朝食をとっていない・・・
研究室にカップラーメンのストックがある・・・そんな貴方のところへ参ります！**

学内の公共スペースであれば、好きな場所で。研究室へも参ります。(もちろん、桂分室へお越しいただいてもOKです。)



おひとりでも
お友達と
ご一緒でも！



明るく！楽しく！充実した
キャンパスライフのために！！

美容のこと、健康のこと、
食べること、動くこと、
からだのこと…などのQ&A
一緒におしゃべりしませんか？



日時：火曜日・木曜日 10:00~16:00 (原則)
担当：管理栄養士、健康運動指導士 今中美栄
E-mail：650eiyou@mail2.adm.kyoto-u.ac.jp

《連絡先》

京都大学 保健管理センター
桂分室
(内線 15-7308)