

時間栄養学

- 食事のタイミングと健康 -

食事のタイミングは体内時計を正常化して健康の要となります。その一つが朝食です。朝食の重要性についてもお話します。

2026.6 / Sat
27

時間 10:00~11:30

会場 名古屋文理大学文化フォーラム
研修室

定員 30名

対象 興味のある方どなたでも

受講料 500円



おだ ひろあき
講師 小田 裕昭
名古屋文理大学 健康生活学部 教授
名古屋大学大学院 生命農学研究所 客員教授

【メディア出演歴】

ひるおび ドデスカ THE TIME 『朝メシまで。』×『林修の今知りたいでしょ!』合体 SP など

講座の申込先

名古屋文理大学文化フォーラム ☎: 0587-24-5111

申込開始: 5月23日(土)

定員になり次第受付終了(先着順)