

新潟経営大学出張講義（令和4年度）

講義番号	KS-10
学部・学科	経営情報学部・スポーツマネジメント学科
講師名	助教 宇佐美 知代
テーマ	自分に合った食べ物の選び方～健康的に楽しく生きる食事法～
内容	健康的に楽しく生きるためには、病気にかからないケガをしにくい頑丈な身体作りが大切です。そのためには、身体材料である食べ物を賢く選択することが重要です。少しだけ気を付けるだけで、身体が変化する、そんなヒントをご紹介します。
対応可能日 (前期)	月曜日・金曜日
対応可能日 (後期)	月曜日・金曜日
必要機材	プロジェクター
講師がめざす、あるいは研究内容と関わるSDGsの開発目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 貧困をなくそう 2. 飢餓をゼロに 3. すべての人に健康と福祉を 4. 質の高い教育をみんなに 5. ジェンダー平等を実現しよう 7. エネルギーをみんなに そしてクリーンに 9. 産業と技術革新の基礎をつくろう 10. 人や国の不平等をなくそう 11. 住み続けられるまちづくりを 12. つくる責任 使う責任 14. 海の豊かさを守ろう 15. 陸の豊かさも守ろう 16. 平和と公正をすべての人に 17. パートナリーシップで目標を達成しよう
この出張講義に関わるSDGsの開発目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 貧困をなくそう 2. 飢餓をゼロに 3. すべての人に健康と福祉を 10. 人や国の不平等をなくそう 12. つくる責任 使う責任