

## ヘルシーキャンパス 「みんなの意見で変えよう！ヘルシー弁当！」開催報告

2018年5月28日

京都大学環境安全保健機構健康管理部門

2018年5月28日（月）昼休み（12:15～12:45）に、京都大学吉田キャンパス 保健診療所地下1F オープンラボで、「みんなの意見で変えよう！ヘルシー弁当！」を開催しました。参加者は合計3名でした。

### 当日の様子や参加者の声

参加者の3名は健康管理部門のスタッフであったため、「どうすればランチ会に人が集まるか？」ということについて話しました。オープンラボに来て食べる「メリット」が何かなければ難しいかもしれない、何かレクチャー的なものがあった方が良いのでは？等の意見が出ました。

また、今回ヘルシー弁当を初めて食べたというスタッフもあり、本当にこれだけで足りるかな？どうだろう？という感想でした。普段からヘルシー弁当を食べているスタッフは、ヨーグルトをプラスして食べているという人が多く、1品増やすだけで満腹になるという食べ方の工夫を話されていました。

ご参加、ありがとうございました。次回もお楽しみに！

### 写真



（報告：雑賀 真梨）