

ヘルシーキャンパス「11月ランチ会」開催報告

2018年11月29日

京都大学環境安全保健機構健康管理部門

2018年11月29日(木) 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、「こんなところにヘルシー弁当」をテーマに、ランチ会を開催しました。健康管理部門職員4名の参加がありました。

今回は手作り弁当、生協のヘルシー弁当、今週期間限定で販売されているヘルシー弁当プラス、コンビニ食材など様々なお昼ご飯でした。



最初に担当スタッフから、コンビニやスーパーでも、うまく食品を選べばヘルシー弁当になるんですよという提案を発表しました。そのあと、色々なお弁当のこと、参加者が日々健康について考えていることや実践していることなどを皆で話しながらお昼をいただきました。今回は部門外からの参加者は残念ながらおられませんでした。普段なかなか一緒にお昼を食べることのない先生方たちとのお話はとても楽しく、時間が経つのを忘れてしまうほどでした。

ご参加いただいたみなさまありがとうございました。



報告：阪上 優
ナタリー・トーマス
大高 登代子