

## ヘルシーキャンパス企画「ランチ会（1月）」のお知らせ

大寒が過ぎたとはいえ、まだまだ寒い日が続くなか、皆様いかがお過ごしですか？

さて、今年最初のランチ会の開催をご案内させていただきます。

今回のテーマは「**今年の健康目標**」です。

いよいよ平成も最後の年となり、5月からは新元号となります。気持ちも新たに新年の健康

目標を宣言して頑張ってみませんか？ 『こころ』も『からだ』も充実した一年にしまし

よう！ もちろん、『目標はひみつ!?』という方も大歓迎!! 他の方の目標を聞くだけで

も構いません。みなさま、ぜひご参加ください！

京大生協で販売されている「ヘルシー弁当」、

ご自身の手作り弁当、その他のお弁当（コン

ビニ弁当でもOK）、何であれ構いませんので

お弁当を持って来てくださいね。

皆様のご参加を心よりお待ちしております！



日 時 2019年1月29日（火）12:15～12:45

集合場所 吉田キャンパス 保健診療所 地下1階オープンラボ

持ち物 各自お弁当をお持ちください（※）・飲み物

対 象 京都大学の全教職員・学生・ウォーキングチャレンジ参加者

※ヘルシー弁当の販売・飲食物等の準備はございません。