

# いきいきと暮らす食の秘訣とは？

## ～ ニセコ町民の食生活データから ～

ニセコ町は、（株）北海道日本ハムファイターズと今年5月に「まちづくりパートナーシップ協定」を締結しています。

この協定では、ニセコ町での健康、文化、スポーツなどの振興及び発展のため、積極的な連携と協力を行うこととしています。その一環として、町民のみなさんのご協力をいただき「食及び健康の増進に関する研究」として食事調査を実施しました。

このたび、その結果がまとまりましたので、報告会を行います。

当日は、食事調査からわかった「実は、全国より〇〇の摂取が多い！」ことや、「健康的な食事としては、××が効果的！」などを専門的かつ具体的にお話いただきます。

旬の味覚を楽しみながら、健康で元気に暮らすため、日頃の食から考える機会として、参加してみませんか？

みなさんのご参加をお待ちしています。



**とき** 10月28日（月）午後6時30分から

**ところ** ニセコ町民センター 1階小ホール

**講師** 日本ハム株式会社中央研究所

**八巻法子 さん**

（北海道日本ハムファイターズ 管理栄養士）



### プログラム

18:30 講演『いきいきと暮らす食の秘訣とは？』

～ニセコ町民の食生活データから～

19:20 質疑応答

19:30 終了

当日は、特製スーフの試食も用意してお待ちしています！

主催 ニセコ町  
担当 企画環境課経営企画係 佐々木、福村  
電話 0136-44-2121 E-mail : kikaku@town.niseko.lg.jp