



一人暮らし学生向け朝食料理教室

～医療栄養学部が『簡単献立』で指導～

広島国際大学（学長/秋山實利）呉キャンパスでは6月27日、大学入学を機に一人暮らしを始めた学生に、手軽に作ってしっかり朝食を摂ってもらおうと、医療栄養学部・保健室が主催となり、料理教室「簡単な朝食を作ろう」を実施します。

全キャンパスの学生を対象に実施した「2010～12年度学生意識・動向調査」では、朝食を食べない学生が男子で約30%、女子で約20%の結果に。朝食習慣が定着していないことで生活リズムを乱し大学生活に影響が生じている学生もいます。

本学では、こうした現状を改善しようと本料理教室を企画しました。学生の朝食作りを支援する取り組みは、本学でも初の試みで、昨年度開設した医療栄養学部の教員が講師を務め、栄養面を考慮したバランスの良い朝食作りを指導します。学生が授業に向かう前の慌ただしい朝でも簡単に作れるよう、献立やレシピにも工夫しています。今後は学生の要望を取り入れ、継続的に健康改善に関する取り組みを実施予定です。

つきましては、開催概要をお知らせしますので、取材の機会がありましたら取り上げていただきたくよろしくお願いします。

.....【開催概要】.....

1. 開催日時：2015年6月27日（土）11：00～14：30
2. 場 所：広島国際大学 呉キャンパス 1号館4階 医療栄養学部調理室
<広島県呉市広古新開5-1-1>
3. 対象者：学生寮や賃貸住宅などで一人暮らしする在学生
4. 献 立：【和食】
カット野菜などを使用したお手軽レシピ「小松菜ともやしのお浸し」
「豆腐・ごぼう・わかめの味噌汁」など
【洋食】
朝の定番を簡単調理で作る「ハムエッグ」と「野菜サラダ」「コンソメスープ」など

■取材の申し込みおよび内容に関するお問い合わせ先

広島国際大学 広報室（坂井・中神） TEL：0823-27-3102