



National Institute of Health and Nutrition Open House 2018

国立研究開発法人 医薬基盤・健康・栄養研究所

国立健康・栄養研究所

オープンハウス2018

(研究所一般公開)

- ・ 入場無料
- ・ 事前申し込み不要

日 時：10月13日(土) 9:30~16:00

場 所：国立研究開発法人
医薬基盤・健康・栄養研究所
国立健康・栄養研究所
(東京都新宿区戸山1-23-1)

どんな
研究所？

私の
体脂肪・
骨格筋量
は？

内 容：① 食生活相談、体力測定、体組成計測定
② 所内見学ツアー、パネル展示
③ 健康食品に関する相談
④ 健康・栄養に関する講演 など

食生活
大丈夫かな？

どんな運動
すれば良いの？

“健康と栄養”について盛りだくさんの企画を
用意して皆様のご来場をお待ちしております！

* 詳細は裏面をご覧ください

案内地図



交通アクセス

- ◎ 東京メトロ東西線 早稲田駅 下車
(2番または3b出口) 徒歩 10 分
 - ◎ 都営大江戸線 若松河田駅 下車
(河田口) 徒歩 10 分
 - ◎ 東京メトロ副都心線 西早稲田駅 下車
(2番出口) 徒歩 15 分
- ※駐車場はありません。車でのご来場はご遠慮ください。

お問い合わせ

国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所
国立健康・栄養研究所
国際栄養情報センター
電話：(03)3203-5721
<http://www.nibiohn.go.jp/eiken/>

受付は15:10まで

体験する



■食生活相談

日頃の食生活について相談してみよう！

■健康食品相談

健康食品について相談してみよう！



食生活相談コーナー

■体組成計測定

自分の体脂肪・骨格筋量を測ってみよう！

■体力測定

自分の体力はどれくらい？ 体力測定で調べてみよう！

※運動しやすい服装でお越しください。

見る



■所内見学ツアー

研究所の主な設備等を見学！

午前 9:40~11:40
午後 12:40~15:20(最終)
40分毎に出発

歴史展示室

1920年から続く、研究所の歴史について展示しているフロアです。



運動フロア

高齢者の筋力向上のためのプログラムなどに利用されているフロアです。



ヒューマン カロリーメーター

通常、部屋の中で生活していて消費されるエネルギー量を測定する設備(部屋)です。



他にも...



◎ 各部門の研究概要をパネルで展示しています。

◎ 災害時の栄養支援カーを展示しています。

◎ 食堂も営業しています！



聴く

■講演 午前・10:30~12:00
午後・13:30~15:00



内容(午前・午後とも同じ)

- 1.『運動』に関する講演
- 2.『栄養』に関する講演
- 3.『食品』に関する講演

○ 各講演につき20分+質疑



いずれも興味のあるものに、自由にご参加いただけます！