



National Institute of Health and Nutrition Open House 2017

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2017

(研究所一般公開)

- ・ 入場無料
- ・ 事前申し込み不要

日 時：11月18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)

国立健康・栄養研究所って
どんな所？

私の
骨密度は？

内 容：① 食生活・健康体力診断、骨密度(簡易型)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14:50まで

体験する



■食生活診断

日頃の食生活を見直してみませんか？

■骨密度測定

自分の骨密度を測ってみよう！

※簡易型（超音波）測定のみ行います。

■健康食品相談

健康食品について相談してみよう！

■健康体力診断

自分の体力はどれくらい？健康体力診断で調べてみよう！

※運動しやすい服装でお越しください。



食生活診断コーナー

■所内見学ツアー

研究所の主な設備等を見学！

午前 9:50～11:50
午後 12:50～14:10(最終)
40分毎に出発

見る



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…



◎ パネル展示（研究概要等）

◎ 栄養学に関する書籍の展示

◎ 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



演題（午前・午後とも同じ）

1. 『ストレッチングの健康効果』
2. 『いざ！もしも！ に備える災害時の食』
3. 『健康食品の種類とつきあい方』

○ 各講演につき20分＋質疑



いずれも興味のあるものに、自由にご参加頂けます！