

東都大学 管理栄養学部管理栄養学科

出張講義テーマ一覧(2026 年 8 月改訂版)

講義番号	講義テーマ	対象
管理栄養 1	地域で行う健康づくりと食育	一般・中・高
管理栄養 2	実践！健康的な食生活	一般・中・高
管理栄養 3	スポーツに大切な食生活	一般・中・高
管理栄養 4	健康づくりをサポートする管理栄養士	中・高
管理栄養 5	防災とくらし～非常事態の食生活を考える～	一般・中・高
管理栄養 6	地域野菜の魅力～簡単な科学実験をしてみましょう～	一般・中・高
管理栄養 7	SDGs と食育～食品ロスを考える～	一般・中・高
管理栄養 8	健康づくりのための糖尿病食事療法	一般
管理栄養 9	脂質異常症といわれたら ～見直してみましょう食習慣～	一般
管理栄養 10	減塩しましょう ～なぜ？おいしく食べるには～	一般
管理栄養 11	確認しましょうあなたの食事内容 ～バランスの良い食事内容って何？～	一般
管理栄養 12	元気で長生き！ ～フレイル、ロコモにならないために、まずは食事の再点検～	一般
管理栄養 13	会話を円滑にする少しのヒント ～コーチングとペップトークを用いて～	一般
管理栄養 14	働きざかりの肥満解消は 100 益あり！ ～三食三色、食事は未来形～	一般
管理栄養 15	バランスの良い献立を考えるには？ ～3 日献立の立てかた～	一般・高

管理栄養 16	一人暮らしの食事術	一般・高
管理栄養 17	中学球児・高校球児の食事トレーニング ～体づくりは奇跡じゃない～	一般・中・高
管理栄養 18 (調理体験込み)	火を使わないクッキング ～バランスの良い食事を1食分作ってみよう！～	一般・幼・小・中・ 高
管理栄養 19 (調理体験込み)	パッククッキング体験講座 ～災害時だけじゃない！こんなものまで作れます～	一般・幼・小・中・ 高

注意：管理栄養 18, 19 の講義につきましては調理体験を含みます。実習場所、調理器具、食材料につきましては依頼者側でご準備いただきます。