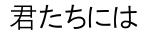
2年生

トクホやサプリメントなどは、本当に必要?



必要ない!!

特定保健用食品(トクホ) 栄養機能食品

機能性表示食品

国が効果や安全性を 審査している食品

今の、君たちには必要ない

サプリメント 栄養補助食品

upplemen

健康補助食品

国が効果や安全性を 審査していない食品

健康に害を及ぼすものもある

★☆★ この3つの心がけが健康増進の基本 ★☆★

バランスのとれた 食事

適度な運動

十分な休養

健康やお薬などについて、気になることがある方は、相談薬局・出張相談会で薬剤師に気軽にお尋ねください。

《 一出張相談会一 保健室に<u>薬剤師</u>が来ます 》 おくすりナビの内容、医薬品や健康、薬物乱用など

おくすりナビの内容、医薬品や健康、薬物乱用などについて、相談・聞きたいことがある人は保健室まで!

1月21日 13時05分 ~ 13時25分

作成·発行元

北陸大学薬学部 准教授 大柳賀津夫(<u>薬剤師)</u> 講師 岡本晃典(薬剤師) 6年生 村中佑晟·木山美佳



