

毎日の食習慣を、
やさしく学んでみませんか？

健康は 食事から

日時 11/28 金

18:30～20:00

場所 あかつき印刷
(渋谷区千駄ヶ谷4-25-2)
APビル4階ゆいのわ

毎日のごはんを、明日の元気をつくらう。

講座メニュー

栄養の過不足によっておこる身体への影響

- 生活習慣病予防(高血圧・脂質異常・糖尿病・慢性腎臓病)について
- 生活機能向上に関わる疾患(骨粗鬆症)について
- コンビニ・スーパーの総菜や冷凍食品の活用について

※内容は変更になることがあります。

講師

代々木病院管理栄養士

木下 瞳さん



1981年北海道出身。
北海道文教短期大学卒業。
2001年、(株)ファミリーケアに入職(東京民医連)し、
老人保健施設千寿の郷へ配属。
その後葛飾区の特別養護老人ホームや足立区の病院
等を経て現在の代々木病院へ配属。
栄養士免許、管理栄養士免許保有。

参加ご希望の方は11/27(木)までに担当営業または第一営業部TEL(03-3497-0531)までご連絡ください。右記にご記入の上FAX(03-3497-0043)からも申し込みできます。

貴組織名

お名前

電話番号