

予防医学の視点から「健康を支える栄養学」を学ぶ

「正しい食生活」実践のためのプログラム — 基礎コース —

「g(グラム)」で心と身体の健康づくり支援

「正しい食生活」を提唱する医師佐藤和子先生の学習会です。

- 概要** 「正しい食生活」の実践で健康の維持増進を図り、健康を取り戻す食事理論を学ぶ
- 対象** 保健事業従事者
(医師・保健師・看護師・栄養士・薬剤師・助産師・養護教諭など)
- 講師** 医師・NPO 法人ヘルスプロモーションセンター理事長 **佐藤 和子**
保健師・NPO 法人ヘルスプロモーションセンター認定講師 **水野 貞子**

受講日 (全3回。第2金曜日)
2017年 4月14日、5月12日、6月9日
※3回受講で修了証書を発行致します

受講時間 10:00~16:00

会場 マルハチ村松 (東京営業所)

〒103-0023
東京都中央区日本橋本町1丁目1番8号
KDX 新日本橋ビル4階
(最寄駅：三越前、日本橋)

受講料 ¥30,000.-
(3回。教材費・税込み)



- 教材**
1. 予防医学を目指した「健康を支える栄養学」の考え方
 2. 食品成分マップ (書籍)
 3. 食品成分カレンダー (書籍)
 4. 「正しい食生活」でつくる健康 (書籍)
 5. 正しい食生活で、からだが変わった (書籍)
 6. シソ油が効く!
 7. 予防医学の入門編「g」で栄養素を整えたメニュー (書籍献立集)

7月~12月の毎月第2金曜日(8月のみ第1金曜日)午前10時~午後4時まで基礎コースの修了者を対象に、スキルアップ講座をご用意しております。
ご興味のある方はNPO 法人 ヘルスプロモーションセンターまでお問合せ下さい。

TEL 027-329-5678 FAX 027-329-5679

メールアドレス info@healthpromotioncenter.or.jp

予防医学の入門編「健康を支える栄養学」学習会 カリキュラム

[第1回]

- 10:00 受付開始
10:20 ~ 10:30 オリエンテーション
10:30 ~ 11:30 講義 ミラーの記入（食事分析）
12:30 ~ 15:30 講義・「健康を支える栄養学」の考え方“心と栄養”
「環境と生命体」
予防医学の新しい視点「正しい食生活」基礎
15:30 ~ 16:00 質疑応答

[第2回]

- 10:20 ~ 11:30 講義・栄養素の生理的役割
12:30 ~ 15:30 講義・食品の栄養学的個性について
・健康のための油脂の選び方
・栄養素の整った献立の立て方
15:30 ~ 16:00 質疑応答

[第3回]

- 10:20 ~ 11:30 講義・健康と病気の関係について（1）
肥満、高脂血症、糖尿病、高血圧、アレルギー、がん、その他
12:30 ~ 14:30 講義・健康と病気の関係について（2）
14:30 ~ 16:00 「正しい食生活」を実践するための展開と質疑応答
修了証書授与

※ 11:30~12:30 に昼食があります。

※ 14:00~15:00 頃に 15 分間の休憩があります。

基礎コース申込書

NPO ヘルスプロモーションセンター宛

FAX、メールにてお申込み下さい

ご芳名	
ご勤務先	
ご住所	
ご連絡先電話番号	
メールアドレス	

予約・お問い合わせ先 **NPO 法人ヘルスプロモーションセンター**

〒370-0849 群馬県高崎市八島町70-29 幸和ビル2F

TEL 027-329-5678 FAX 027-329-5679

ホームページ [NPOヘルスプロモーションセンター](#) で検索

メールアドレス info@healthpromotioncenter.or.jp