

健康都市宣言のまち流山発
「健康を支える栄養学」講演会

講師：佐藤和子医師

特定非営利活動法人

ヘルスプロモーションセンター理事長

「g」で栄養素を整えたメニュー

(一予防医学の入門編一)

正しい食生活でつくる健康

1食品10料理(ダイジェスト版3冊セット)

など著書、ビデオ多数



生涯を健康で暮らすためには、「正しい食生活」を学び実践することです。食べるものは豊富にあります。しかし「いかに食べるか」と言う事を身に付けていないがために、病気に悩んでいる方がたくさんおられます。「正しい食生活」を、実践を通して身につけてほしいものです。

2019年6月22日(土)
10:00~12:00(開場9:45)

どう防ぐ

なぜなるの？
がん・認知症・糖尿病

会場：流山エルズ(流山市生涯学習センター)

入場無料 全席自由席(定員300名)先着順

手話通訳 要約筆記 託児(無料)あり!!

問い合わせ・託児申し込み

NPO法人健康を育てる会・流山 080-5643-2779

<http://www.na-shimin.org/w2/health.html>

主催：保険年金課

この講演会はNPO法人健康を育てる会・流山が運営を受託しています。