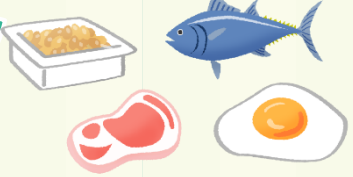


体内年齢を10歳若返らせる



食べ方のコツ



管理栄養士・野菜ソムリエ協会講師

講師： 中沢 るみ 氏

「カラダだけでなくココロも元気になる食材の選び方」や「不調を解消する食べ方」「体内年齢を若々しく保つ食べ方」などのテーマでセミナーを開催し、誰でも・ストレスなく・すぐ実践できる「食べ方のコツ」を伝えている。管理栄養士として、スポーツ選手やビジネスマン、受験生…など個人の能力を最大限発揮できるようになるための食事アドバイスも行っている。任天堂DS「健康応援レシピ1000」の栄養監修。

受講料
無料

日時 2026年7月22日(水) 15:00～16:30
会場 セントラルホテル鴨島
吉野川市鴨島町鴨島471-2 TEL:0883-24-8989
定員 先着50名(定員になり次第締切)
主催 公益社団法人阿波麻植法人会
吉野川市鴨島町鴨島151番地1
TEL:0883-30-4042 FAX:0883-30-4043

7月13日(月)までにTELまたはFAXにてお申し込みください。

阿波麻植法人会事務局行 FAX:0883-30-4043

7/22 健康セミナー参加申込書

申込日 8年 月 日

事業所名		会員	・	非会員
所在地		☎		
参加者名		参加者名		

※ ご記入いただきました個人情報は、セミナー運営以外の目的で使用することはありません。