

# 食のセミナー開催！

2月7日 土曜日

13:30~14:30

バランス栄養で変わる！  
運動の成果

十文字学園女子大学  
国際栄養食文化健康研究所  
小林 三智子 名誉教授

専門：食の感性科学、応用栄養学  
博士(歯学)、管理栄養士、健康咀嚼指導士



運動効果を高める  
食事のコツとは??

日本で増えている  
栄養の問題とは??

大切なのは  
「バランスのとれた食事」

講演終了後に

メディカルフィットネス  
ドゥラサンテ

の見学会を実施します

場所：朝霞市溝沼3-2-32 ウェルネスプラザアサカ 2F ルポ  
あさか相生病院の隣り  駐車場 32 台分完備

☎ 048-487-9244

ご予約は、お電話かコチラから→

