

演題



「発酵食品で免疫力アップ。」

健康で若々しい体を維持する食事法

腸内環境を整え、免疫力を高める発酵食品の食べ方や選び方、家庭で簡単に作れる発酵調味料など腸活のポイントをわかりやすくアドバイスします。皆様のご参加をお待ちしております。

講師



日本フードバランス協会
代表 **小針衣里加 氏**

○日時 令和6年**5月16日(木)**
午後**3時**から約**90分**

○会場 **長井観光 はぎ苑**
(長井市成田2170-2 TEL0238-84-1387)

○会費 **無料**

不要の新品タオルがございましたら、1本のご寄付にご協力願います。
管内の福祉施設に寄付をする運動を展開中です。

○申込 下記参加申込書に記入の上 FAX 又は WEB で
お申し込み願います。

【講師プロフィール】

2012年 日本フードバランス協会を設立し、代表に就任。
健康な体を維持するための食事や調理法、栄養学などを学ぶ食の資格講座や料理教室を開講し、講師を務める。
現在は、生活習慣病予防、認知症予防、老化予防など健康をテーマにした講演やセミナー、社員研修など講師として全国で活動中。
著書：「食べるだけで若くキレイになる方法」(サンマーク出版)等。

主催●(公社)長井法人会/青年部会/女性部会 共催●(公社)長井法人会 TEL88-3960

長井法人会 行 **5/16 部会合同記念講演会 参加申込書**



○参加者名 _____ **会員確認** ○を付けて下さい

○事業所名 _____ ・法人会会員

○電話 _____ OFAX _____ ・その他 _____

法人会の FAX は **88-3823**

WEBで申込

