

健康・食育セミナー

『健康な身体』は食事から生まれる！

大切な家族の為に知っておきたい

正しい食と健康の知識

#食べることは明日を生きる事

#未来の子供たちへ大人の食育

参加費

無料

定員15名



【健康・食育セミナー】



身体は食べたもので作られています。何を食べるかによって1年後10年後……に変化が！たどしい食の知識でさらに健康に！このセミナーで家族の未来が変わる！！

【内容】

- 昔の食事「自然食」今の食事「添加物」
- 一年間で身体に入る添加物の量
- 食べていいもの気を付けるもの
- 生活習慣病は食事からきている
- プレゴールデンエイジ期に必要な運動
- すぐにできる対処法（デトックス）
- 若返りの秘訣



講師：新藤 典弘
1964年3月14日生まれ(52才)
(株)ビューティスタジオ・セラピー専務
NPO法人食の未来研究所会員

37才の時に農学学術博士の若山祥夫氏との出会いにより食育に魅了され食の安全性・大切さを1人でも多くの方にお伝えする活動を全国でおこなっています。

パーソナルトレーナー 新藤 一成

【参加者の声】

セミナーを聞いて食への意識が一瞬にして変わりました。知っているのと知らないのでは未来が本当に変わってしまうと思います。本当にこのセミナーを聞いた事に感謝しています。ご家庭の食事を作っている方には特に聞いてほしい内容だと思いました。
(千葉県 30代 女性)



【開催日時】 2019年 6月29日(土)午後4～5時

【場所】 ことり保育園 日吉台園

お子さんは、セミナーの間、お預かりいたしますのでぜひ皆様のご参加をお待ちしています！！