

毎日の食生活から見直そう！

経営者・従業員・家族のための健康セミナー

主催：相模原商工会議所

めまぐるしく変わっていく経済情勢の中で、日々の仕事やおつきあいなどで、健康づくりの時間が取れない、食事の内容まで注意できていないという方が多いと思います。その結果、健康診断の結果がよくなかったり、肥満体質になるなど、健康に不安を感じている方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

今回のセミナーでは、数多くの食品に含まれ、海外の研究で健康に悪影響を与えるといわれている「トランス脂肪酸」とその影響、体内の有害物をデトックス（解毒）する効果的な方法などについて解説します。生活習慣病の予防、メタボリックシンドローム対策、食育に興味のある方は、ぜひご参加ください！

- 日時：平成24年10月11日（木） 18：30～20：30
- 場所：相模原市立産業会館 3階 大研修室（相模原市中央区中央3-12-1）
- 講師：一般社団法人 分子整合医学美容食育協会 理事長 中武 賢臣 氏
- 内容：
 - ・様々な食品に含まれる「トランス脂肪酸」とその影響
 - ・健康に良い食品の選び方
 - ・体内をきれいにする効果的なデトックス（解毒） など
- 定員：90名（申込先着順）
- 受講料：無料
- 申込み・問合せ先：相模原商工会議所 経営支援課
〒252-0239 相模原市中央区中央3-12-3 TEL (042)753-8135 FAX (042)753-7637

平成24年10月4日（木）までに以下に記載の上、FAXにてお申込ください。

FAX 042-753-7637 相模原商工会議所・経営支援課行き

経営者・従業員・家族のための健康セミナー 申込書

事業所名： _____（業種） 製造・建設・小売・サービス・卸売・その他
↑ ※該当するものに○をつけて下さい。

所在地： _____ 電 話： _____

受講者氏名： _____ F A X : _____

受講者所属役職： _____

- ◆ 切り取らずにそのままファックスでお申込み下さい。ご記入いただいた情報は、商工会議所からの各種連絡・情報提供のために利用するほか、セミナー参加者の実態調査・分析のために利用することがあります。

