

参加無料!

... 令和7年度 食育講演会 ...



腸活で アンチエイジング!

～腸を知って内側から若々しく～

「腸内環境を整えることは大切」と分かっているけど「とりあえずヨーグルトを食べているから大丈夫」で終わっていませんか?

改めて「腸活って何?」「腸活をするとどんないいことがあるの?」「どんなことが腸活になるの?」などの疑問に専門家がお答えします。

日時

8月30日 土

10:00～12:00

(定員50名)※先着順

会場

保健センター

対象

市内在住・在勤の方

講師

女子栄養大学 栄養クリニック教授

蒲池 桂子 氏

女子栄養大学卒業後、東京慈恵医科大学内科学講座勤務を経て博士号を取得。2003年から女子栄養大学栄養クリニック主任として、生活習慣病栄養相談、企業向け栄養コンサルティングを行っている。著書は「女子栄養大学栄養クリニックが教える内臓脂肪を落とす健康レシピ」など多数。



申込み

電子申請又は電話で保健センターへ

※受付期間:7/28(月)～8/25(月)

電子申請ページは
こちら⇒



【問合せ】新座市保健センター ☎048-481-2211