

タニタの社員食堂

来場者へ
おみやげ付き!

初代管理栄養士による講演会!

健康で幸せなシニアライフを送る食習慣

誰もがいつまでも健康で長生きするには、様々な疾病の要因ともなる生活習慣病の予防が必要となり、食生活の見直しが大きく関係していると言われています。食習慣を見直し改善することで、いつまでも健やかに充実した生活を送ることが可能となります。そこで、**タニタの社員食堂 初代管理栄養士 後藤恭子氏**を講師にお招きし、いつまでも健康で過ごすために必要な食事等について、お話しをしていただきます。

日時

平成30年 **8月5日**
13:15~15:30
(受付開始 12:30~)

場所

猪名川町文化体育館
(イナホール)大ホール

入場
無料

定員600名 ※一部優先席あり
(事前の申込は必要ありません)

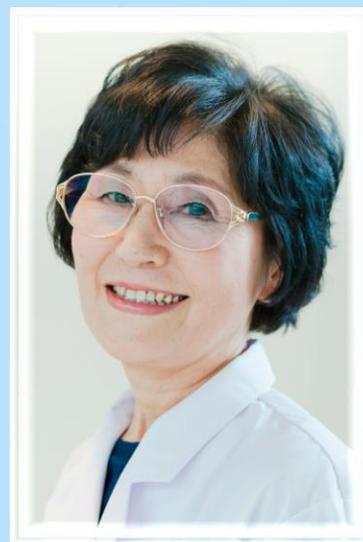
手話通訳・要約筆記・磁気ループ対応

おみやげ(タニタの金芽米レトルトパック)付き!

- ※天候不良等、予期せぬ事態により中止の場合は、いなぼうネット、町ホームページにてお知らせします。
- ※定員以上にご来場があった場合、入場をお断りする場合がありますので、予めご了承ください。

問合せ先

猪名川町社会福祉協議会
TEL 072-766-1200



講師：後藤 恭子氏

【講師プロフィール】
タニタの社員食堂の初代管理栄養士。
指導歴約40年、指導者数は5,000人を越えている。
70歳代になった現在も健康そのもので医師知らず。
「その人に合った健康的な生活習慣を伝える事」がミッションで、講演ではダイエットを越えた「食べ方」やそれを支える「考え方」をたくさんの経験を踏まえて実行しやすい形で伝えている。