

大阪樟蔭女子大学 くすのき健康栄養センター

カラダよろこぶ食べ方塾 食習慣を見直そう

管理栄養士による“ためになる健康講話” + “すぐに役立つ実践講義”
2つの内容がセットになった、全6回のお得な講座です



日時とテーマ	形式	木曜クラス 17:30~18:30	土曜クラス 13:00~14:00
テーマ1. 食事がカラダをつくる	A講話 B実践	10月14日 10月28日	10月16日 10月30日
テーマ2. 体重コントロールのコツ	A講話 B実践	11月11日 11月25日	11月6日 11月20日
テーマ3. 食習慣と生活習慣病	A講話 B実践	12月9日 12月23日	12月4日 12月18日

◆Aは講話、Bは実践講義となります

◆事前連絡にて、同一内容の回で曜日の振り替えが可能です

場 所

くすのき健康栄養センター

※裏面に地図記載

東大阪市長栄寺2番12号 Tsunagaruビル4階
近鉄河内永和駅またはJR河内永和駅より布施方面へ徒歩3分

参加費

全6回 6,000円、1テーマ(2回) 3,000円
初回参加時に受付にてお支払いください。

講 師

くすのき健康栄養センター管理栄養士

参加者 募集中

各回限定10名様

【お申し込み先】 大阪樟蔭女子大学 くすのき健康栄養センター

TEL 06-7506-9780 (受付午前10時~午後5時 月~木曜日)

HP <http://khn.osaka-shoin.ac.jp>

お申込み
フォーム

