

# 日本健康アカデミー・セミナーのお知らせ



## 演 題

### 「健康づくりのための食生活」

- ・ロコモティブシンドロームについて  
ご自身の現状について実践をまじえて  
確認していただきます。
- ・栄養の基本について
- ・食事バランスガイドの活用について

## 講 師

横山 美穂 先生  
医療財団法人青溪会 駒木野病院  
診療部 栄養科 主任

資格:管理栄養士  
健康運動指導士  
アスリートフードマイスター3級



## 開催日時

平成30年11月14日(水)  
18:30~20:00

## 会 場

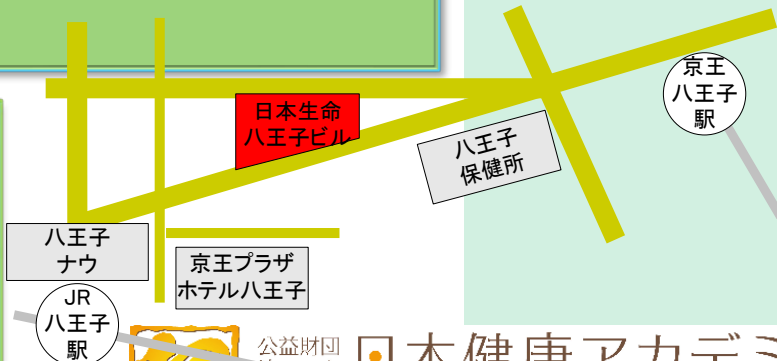
日本生命八王子ビル  
8F 研修室

東京都八王子市旭町12-4  
日本生命八王子ビル

JR 中央線八王子駅  
北口から徒歩2分  
京王線京王八王子駅から徒  
歩2分

主 催 公益財団法人  
日本健康アカデミー  
参加費 無料

事前にお申し込みください  
担 当 古瀬 清華  
TEL&FAX 042-644-8688  
seminar@jp-kenko.org  
<https://jp-kenko.org/index.html>



公益財団法人 日本健康アカデミー  
Japan Health Academy