



☆健康維持に役立つ食品の知識☆

(講演会のお知らせ)

- 1) 何を食べるとどういう病気の予防に効果があるか。
- 2) 知っておいた方が良い食品の知識。

食品全般の仕事に38年間従事してきた講師が健康維持に役立つ食品について、最近4年間の新聞やTV番組を中心にメモしてきた記事の主たるものを12ページにまとめました。当日この資料をお渡しして説明します。

これで皆様の健康寿命は5年以上延びると思います。

日時：4月15日(日) 午後2時～4時

場所：COKOセンター(わいわい館・山手台東1丁目)
駐車場 10台有り

持ち物：ペン又は鉛筆をお持ちください。

講師：四方田 元巳 氏 (山手台東在住)

申込み：不要、当日自由参加です。

* 多数のご参加お待ちしております！ *

