

健康の為の食事や食生活について知ろう！

ソレダメ食事！

# 本当の健康への 道しるべ

2024年

9月7日(土)

参加費  
無料

10:00 ▶ 12:00

八雲東コミュニティセンター 2階会議室

8月6日(火)午前9時~受付開始

講師 LISIGN 守口大日studio トレーナー 大石凌雅 氏

定員 30名  
\ 小さなお子さまの  
ご同伴もOKです! /

対象 どなたでも

現代に必要な『健康』のための食事について、  
現代の食生活の問題を紐解きながら、どう改善  
していくべきなのか臨床栄養医学指導士がお話  
します。座ってできる体操もお教えいたします。



【保有資格】

- JATI認定トレーニング指導者
- 健康運動実践指導者
- 臨床栄養医学指導士

お申込み・お問合せ

守口市八雲東コミュニティセンター  
大阪府守口市八雲東2-50-12

☎ 06-6906-6300

お電話・ご来館・HPからお申込みいただけます。

応募フォームは  
こちら⇒

