

宮崎統合医療研究会

第21回 勉強会



I 講演名:「健康に過ごす為の食事療法」

糖質ダイエット・カロリーオフ・サプリメント・健康食品……私達の周りには様々な情報が飛び交っています。これらの情報を試してみられた方は少なくないと思います。

生活習慣病の予防改善・改善のために今一度ご自分の食生活を一緒に振り返ってみませんか？

講師:稲次 里美 先生

(都城市郡医師会病院 管理栄養士)

II 講演名:「認知機能低下予防と運動」

気になる認知症に対する、一次予防としての運動についての考え方と、生活に取り入れるコツを、実践を通して提案します。

講師:日吉 眞理子 先生

(けいめい記念病院 健康支援センター 健康運動指導士・認知症予防専門士)



◆日時 2015年5月24日(日)

◆開場 13:00

◆講演・質疑 13:30~15:30

◆会場 宮崎市清水3丁目6-21 宮崎中央眼科病院 2階研修室

◆参加費 500円 (会員参加費無料。会員募集中:【年会費】一般 1000円、医療系 2000円)

◆定員 50名位まで

※FAX (0985-36-6514) または、各施設担当者に、お申し込み下さい。

●宮崎統合医療研究会 第21回勉強会 参加申込書

| 参加者氏名 | 緊急連絡先(電話番号) |
|-------|-------------|
| | |
| | |
| | |
| | |

★お問い合わせお申し込み

事務局 けいめい記念病院 健康支援センター TEL0985-75-1801 Fax0985-36-6514

または、各施設内の担当者(担当 :)まで。

【会場周辺地図】



①～⑤に駐車スペースがございます。ご来場の方はこちらをご利用ください。