

寿命を延ばす「食事バランス」

～何を、どれだけ、何回食べる？～

食べるものに困らない飽食の時代の今、健康的に過ごすためには
毎日の食事のバランスがとても重要です。

一躍話題になった、糖質制限に潜む落とし穴とは…？

サプリメントの正しい活用方法とは…？皆様の疑問にお答えします。

要予約

20名限定

ご予約は
7月27日まで

日時：8月1日（木）

11：00～12：00 セミナー（無料 セミナーのみも可）

12：00～13：00 ランチ会（希望者のみ、実費※）

※1,000円程度、28日以降はキャンセル代が発生します。

講師：株式会社育星会 カイセイ薬局 管理栄養士

山内 利香 先生

場所：グランフロント北館 タワーC7階
ナレッジサロン

※受付前に10：45にお集まり下さい。

—TEL・メールでご予約受付中—

TEL：080-8502-4727（担当：樋口）

MAIL：info@kenlab.net

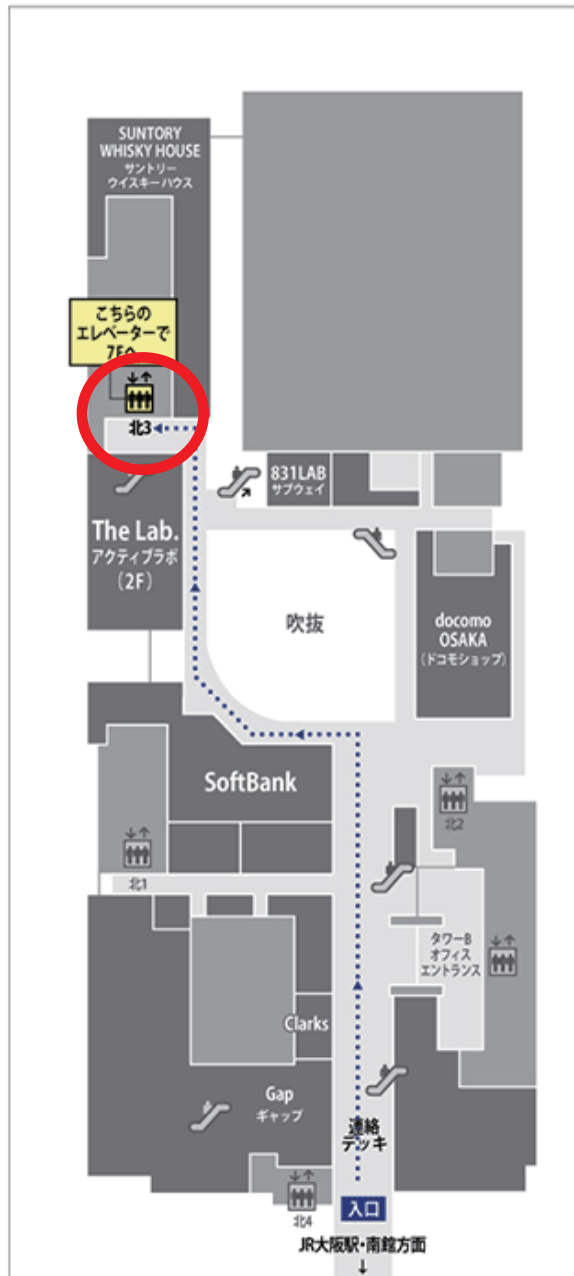


認定特定非営利活動法人

健康ラボステーション

ナレッジサロンのアクセス方法

2F



7F



至 JR大阪駅

2階からのアクセス方法

- ① グランフロント北館2階から直進。
- ② ソフトバンクを左に曲がる。
- ③ アクティブラボの奥にあるエレベーターで7階まで上がる。
- ④ エレベーター前がナレッジサロンです。