



### 元祖栄養ドリンク、甘酒

昔から飲む点滴といわれた甘酒。甘酒がなぜ身体にいいのかをお伝えします。

と き：平成 31 年 **1 月 10 日**（木）

じかん：13:00～13:45

おススメの飲み方や新春特別試飲もできますよ！今回は、**食品の味覚実験**を行います



### “新型栄養失調”“隠れ栄養失調”って何？

70 歳以上の 5 人に 1 人が新型栄養失調といわれている飽食時代。現代の栄養失調について学びましょう。

と き：平成 31 年 **2 月 12 日**（火）

じかん：11:00～11:30

日本の食の実態をお伝えします。今回も**おもしろ実験**を行います。内容は秘密です。



### からだを救う水の飲み方健康法

身体の不調は水分不足かもしれない？ 体質を変える水の健康方法をご紹介します。

と き：平成 31 年 **3 月 11 日**（月）

じかん：13:00～13:30

水分をとる必要性をお伝えします。今回は**筋肉反射テスト**を行います。

ばしょ：クアハウス九谷 2 階和室

上記の講座は 30～45 分。どなたでも無料でご参加いただけます。ぜひ、この機会に皆さんと一緒に学びましょう。



～講師～

発酵食エキスパート 1 級  
スポーツ栄養コンディショニング協会講師  
DNA 栄養学アドバイザー

の だ ともみ  
**野田 智美** さん



### 元祖栄養ドリンク、甘酒

昔から飲む点滴といわれた甘酒。甘酒がなぜ身体にいいのかをお伝えします。

と き：平成 31 年 **1 月 10 日** (木)

じかん：13:00～13:45

おススメの飲み方や新春特別試飲もできますよ！今回は、**食品の味覚実験**を行います



### “新型栄養失調”“隠れ栄養失調”って何？

70 歳以上の 5 人に 1 人が新型栄養失調といわれている飽食時代。現代の栄養失調について学びましょう。

と き：平成 31 年 **2 月 12 日** (火)

じかん：11:00～11:30

日本の食の実態をお伝えします。今回も**おもしろ実験**を行います。内容は秘密です。



### からだを救う水の飲み方健康法

身体の不調は水分不足かもしれない？体質を変える水の健康方法をご紹介します。

と き：平成 31 年 **3 月 11 日** (月)

じかん：13:00～13:30

水分をとる必要性をお伝えします。今回は**筋肉反射テスト**を行います。

ばしょ：クアハウス九谷 2 階和室

上記の講座は 30～45 分。どなたでも無料でご参加いただけます。ぜひ、この機会に皆さんと一緒に学びましょう。



～講師～

発酵食エキスパート 1 級  
スポーツ栄養コンディショニング協会講師  
DNA 栄養学アドバイザー

の だ ともみ  
**野田 智美** さん