

“QOL(Quality of Life)”勉強会

第2回

「知ることで防げる“新型栄養失調”と簡単解決レシピ」 を学ぶ

簡単な試食会あり

開催日時：2019年3月20日(水)

15:30～18:00

(開場は15:00となります)

ミネラルの不足が新型栄養失調の大きな原因です。

なんだか仕事がかどらない…
ちゃんと食事は食べているのに、食べたりないような…
アレルギーはないはずなのに、よく肌が荒れるのはなんで…
手足がいつも冷たくてつらい…、免疫力が下がってるような…
最近、気分の浮き沈みがある…

からだの不調、それってもしかしてミネラル不足？！
積極的に摂りたい栄養、それはミネラルです！

これらの栄養素を、毎日の食事の中で簡単に摂取することで改善した症例や、その方法など日常の役立つ家庭の栄養学を詳しくお話させていただきます。

講師のご紹介

「子どもの心と健康を守る会」代表 国光 美佳氏

大妻女子大学家政学部児童学科卒業後、学校法人本郷学園もみじ幼稚園、坂戸市学童保育所に勤務。その後、女子栄養大学「栄養と料理一般講座」を修了、NPO法人食品と暮らしの安全基金勤務を経て、著書『食べなきゃ、危険！一食卓はミネラル不足』、『食事にかかる新型栄養失調』(三五館)にて発達障害児・低体温児のミネラル補給による改善例を執筆。

現在、食事の見直しによる子どもたちの改善事例を月刊誌『食品と暮らしの安全』に連載、『ミネラル不足の実態と対処法』についての講演、食生活相談、アートセラピー(親子アトリエ・家庭訪問アトリエ)など、心と体のケアによる子育て支援活動を行っている。

家庭教育相談員。チャイルドアートカウンセラー。

主催 株式会社リーディング・イノベーション

共催 株式会社フジクラ

スケジュール

15:30～15:50	【QOL勉強会の概要】事務局より <ul style="list-style-type: none">・役立つことを楽しく学ぶ“QOL”勉強会・意外に知らないコトが多いという気づきの大切さ
16:00～17:20	【ご講演及び質疑】 <ul style="list-style-type: none">●テーマ：知ることで防げる“新型栄養失調”と簡単解決レシピ●講師：「子どもの心と健康を守る会」代表 国光 美佳氏
17:30～18:00	【簡単レシピの紹介と試食会】 <ul style="list-style-type: none">●試食しながらの意見交換：感じたいコト、気づいたコト、変えたい行動 など

※カリキュラムは、一部変更になることがあります。あらかじめ、ご了承ください。

※詳細については、下記のお問い合わせ先までご連絡ください。

◆お申し込み方法

下記よりお申し込みください。

<http://www.bridge.fujikura.jp/>

◆勉強会参加費用

無料（定員：50名）

◆お問い合わせ先

株式会社リーディング・イノベーション
東京都千代田区丸の内2-2-1 岸本ビル6階
TEL:03-5953-8950 FAX:03-5953-8862
URL:<http://www.lead-in.com>
担当：芦沢（アシザワ） ashizawa@lead-in.com

【講座の開催場所】

東京都江東区木場1-1-1 フジクラ東京R&Dセンター7階
フジクライノベーションハブ「BRIDGE」

<http://www.bridge.fujikura.jp/>

東京メトロ東西線「木場駅」から徒歩9分

受付は、2階で行ないます。
フジクラ東京R&Dセンターのビルに着きましたら、
外階段で2階にお上がりください。



◆株式会社リーディング・イノベーション

- ◇本社所在地：〒100-0005 東京都千代田区丸の内2-2-1 岸本ビル6階
- ◇資本金：40百万円(2018年2月現在)
- ◇設立：2001年5月
- ◇URL:<http://www.lead-in.com>

◆株式会社フジクラ

- ◇本社所在地：〒135-8512 東京都江東区木場1-5-1
- ◇資本金：530億円(2018年3月31日)
- ◇設立：1885年(明治18年)2月
- ◇URL:<http://www.fujikura.co.jp/>