



参加申込受付中!

「アドバイザー(A D)活動支援講座」オンライン開催
参加申込書 (参加費無料)

参加ご希望の方は、「氏名・年代・お住まいの市区町村・メールアドレス」を明記の上、財団E-mail : info@ikigai-zaidan.or.jp または FAX にてお申し込み下さい。

時間	2023年12月2日(土)	
9:30	Zoom 入場 受付開始 (事前送信する招待メールから入場して下さい)	
9:55	オリエンテーション	
10:00~11:00 (60分) ※意見交換	1. 人生100年時代の健康・生きがい新研究会 報告(4-2) “女性の社会参加部会+都市と地方の活動モデル部会”より シニアの活性化について~女性の社会参加/地方の実践活動の視点から~ 講師/江口 郁子(長岡健生 AD)	
11:00~11:10	休憩	
11:10~12:10 (60分) ※意見交換	2. 65歳から体と頭を強くするおいしい食べ方 ~カリスマ管理栄養士の“長寿食”~ 講師/菊池 真由子(管理栄養士、健康運動指導士、NR・サプリメントアドバイザー)	
12:15	アンケート記入・事務連絡・閉講	

◆ 菊池 真由子 講師 紹介

- ・大阪府出身。管理栄養士、健康運動指導士、NR・サプリメントアドバイザー、JOJA(日本オンラインカウンセリング協会)認定上級カウンセラー
- ・「管理栄養士 菊池真由子のダイエットクラス」主宰
- ・主な経歴

武庫川女子大学食物学科管理栄養士専攻卒業。大阪大学健康体育部勤務後、在阪プロ野球団、国立循環器病センター集団検診部、厚生労働省認定運動療法施設のフィットネスクラブにおいて、ダイエットや生活習慣病対策と予防、メンタルヘルス、認知症予防と対策、がん、がん再発予防などの健康づくりの栄養相談を担当。現在フリーの管理栄養士として「管理栄養士 菊池真由子のダイエットクラス」を主宰し、「無料メール相談」「オンライン食事相談」等を実施している。これまで10冊以上の書籍を発売するとともに、企業・健保組合他での講演多数。



2023年6月最新刊、三笠書房

<切り取り>

2023/12/2(土) アドバイザー活動支援講座 FAX 参加申込書 月 日)

氏名(協議会)	お住まいの 市区町村	都道 府県	市区 町村
年齢(年代)	□40歳未満 □40歳代 □50歳代 □60歳代 □70歳代 □80歳代 □90歳以上		
メールアドレス			

申込先 → FAXは、健生財団 FAX 03-3818-3725 へ (☎ 03-3818-1451)

→ メールは、上記情報を健生財団 E-mail: info@ikigai-zaidan.or.jp へ