

どう付き合う？健康食品

～誰も教えてくれなかった健康食品の使い方～

日時: 2010年5月23日(日曜日)

(講演) 13:30～16:30(懇親会) 16:50～18:00

場所: 福岡市市民福祉プラザ(ふくふくプラザ)

2階 201研修室 福岡市中央区荒戸3-3-39 Tel. 092(731-2958)

定員60名 定員になり次第締め切らせて頂きます。TEL・FAXでお申し込みください。

参加費: 会員・予防士・予防指導士1,500円 一般2,500円 学生2,000円

懇親会費1,000円(会場 1階レストラン)講師の先生を囲んで楽しく語り合しましょう!!



☆☆☆生活習慣病予防指導士の方は、2単位取得できます。必ずフォルダーをご持参下さい。☆☆☆

健康志向の高まりもあり、私たちの周りには健康食品があふれ、手軽に購入することができます。また、目的も美容・メタボ対策・病気予防など様々ですし、形状もカプセルからドリンク、中には通常の食品と同じようなものまであります。

これほど一般的になっている健康食品ですが、商品の情報ばかりが先行してしまい、「どのように付き合っていくか」があまり考えられてきませんでした。今回は、健康食品と食・医療の関係、制度、安全利用のポイントから、製品ラベルの簡単な読み方まで、健康食品を利用する上での基礎知識を紹介し、健康食品をきちんと知って、付き合い方を考えてみましょう。

★駐車場に限りがございますので、なるべく車での来場はご遠慮下さい



講師プロフィール

小浦 潔恵 (こうら ゆきえ)
 大学で生化学を学び、システム系コンサルティングの仕事を経て、興味のあるサプリメントの勉強をスタート。2005年サプリメントに関する執筆活動開始。2007年に(株)カルテットLPを設立し、健康食品アナリストとして健康食品・サプリメントに関する講演・記事の執筆監修などを行っている。総合情報サイトAllAboutで、「美しくなるサプリメント」「ダイエット食品・サプリメント」などの記事を連載中。

(独) 国立健康栄養研究所認定
 栄養情報担当者 (NR)
 NR協会九州支部 副支部長

最寄の交通機関

《福岡市営地下鉄》 「唐人町」駅4番出口・「大濠公園」駅1番出口
 《西鉄バス》 「黒門」バス停・「九州女子高前」バス停・「西公園」バス停

■ お問い合わせ

特定非営利活動法人日本ホリスティック医学協会
 福岡事務局 浜田

■ 〒814-0153 福岡市城南区樋井川

2-26-6-202

Tel&Fax.092-873-5100

■ 主催

特定非営利活動法人日本ホリスティック医学協会福岡事務局
 九州生活習慣病予防士指導士会

■ 後援

◎自然食の会 ◎がんを学ぶ「青葉の会」