



食べ物が 食育 体を作る！ 養生

～いのちを繋ぐために普段の食事から心身の免疫力を高める～
 ママの食べ物がママの身体を作り、子宮から臍の緒を通して赤ちゃんへ…

妊娠前、妊娠中からどういう食事をしたらいいの？
 子どもの健全な心や身体のためにどんな食が良いの？

食育と養生について、人生で大切なエッセンスを国際中医師の観点からお伝えいただきます。

講師 木津 龍馬 先生

★ テーマ 『食べ物体が作る！』食育・養生

★ 日時 令和6年5月12日(日)
10:00～11:30 (受付開始9:40～9:55)

★ 研修方法 対面式(定員50名)

★ 会場 鴨池公民館 研修室AB

★ 参加費

会員	1000円
県外会員	1500円
非会員(専門職)	3000円
一般	2000円
学生	500円

申し込みフォーム

締め切り 4/27

- ★ 国際中医師
- ★ 『子どもの未来を守る会、きりしま』アドバイザー



問い合わせ hokenshidou.k.mw@gmail.com
 担当 保健指導部運営委員会
 溝呂木・西川