



# 人生100年 「薬膳」で健やかライフ

「人生を健康で幸せに過ごしたい」と誰もが願っています。

食生活は健康に生きるために大変重要なことです。

東京栄養士薬膳研究会は現代栄養学に中医学を基礎にした薬膳を取り入れより幅広い健康・栄養教育の実現を目指し研究を行っています。

毎年恒例の都民の皆様と会員の特別講演会を開催いたします。

皆様のご参加をお待ちしています。

## プログラム

### 「治未病の対策 ～西洋医学と中医学からの検討～」

#### 講演1

#### 『口から始める健康管理』

五島 朋幸 氏 歯科医師  
ふれあい歯科ごとう 代表

#### 講演2

#### 『やさしい漢方薬の話』

菅沼 栄 氏 中医師  
東京中医学研究会 中医学講師



**日時** 2019年9月29日(日) 午後1時～4時(受付12時)

**会場** 日本女子大学 桜楓館4F ホール  
東京都文京区目白台1-16-7

**参加費** 無 料 **定員** 300名

**締切** 9月10日(火)  
\*定員になり次第締め切りとさせていただきます。

お申し込み方法、  
地図、お問い合わせ先は  
裏面をご覧ください

都民の健康づくり運動

第13回 東京栄養士薬膳研究会特別講演会

## ● 地図



- JR山手線「目白」駅 徒歩15分  
バス5分・・・都バス「白61」新宿駅西口行き「目白駅前」乗車「日本女子大学前」下車、歩道橋を渡る
- 東京メトロ有楽町線「護国寺」駅 4番出口 徒歩10分
- 東京メトロ副都心線「雑司が谷」駅 3番出口 徒歩8分

## お申し込み方法

### ① ハガキ

参加希望の方は、ハガキに氏名（ふりがなも）、住所、電話番号、紹介者（会員・会からの案内など）をご記入の上、下記事務局へ郵送下さい。

〒187-0045 東京都小平市学園西町2-5-11 松尾貴代

### ② ホームページ

東京栄養士薬膳研究会ホームページ

<http://www.tokyoyakuzen.jp/>

※参加受付の返信はいたしませんので、当日ご来場下さい。

但し、お申込み者が定員を超えた場合、参加いただけない旨を対象の方に連絡いたします。

## お問い合わせ先

東京栄養士薬膳研究会 特別講演会事務局

TEL : 0297-68-7696