

食べ方で
未来変わる

疲れ、眠気...食べ方が悪い？ パフォーマンスが上がる食べ方講座

理想的な噛む回数は？

A: 20回

B: 30回

C: 100回

噛む or 噛まない 未来はどう変わる？

2023年10月18日(水)

12:30~12:45

※申込締切は当日12:00まで

セミナー後のアンケートに
回答すると“健康マイレージ”
100ポイント付与！



▼申込はこちら▼



▼申込URL▼

<https://onl.sc/vnLEPWy>

健康、美容、やる気や集中力など、仕事や日常のパフォーマンスアップには、食べたモノはもちろん、食べ方が注目されています。あなたの“食べ方”もレベルアップさせましょう！

講師紹介

管理栄養士 豊原悠里

健康食品業界を経て、食事療法専門クリニックでカウンセラーに従事。特定保健指導、ダイエット、メンタルヘルスなど幅広く携わり全国で栄養セミナーを延べ300講演以上行っています。

TOKYU SPORTS
OASIS



【本プログラムに関するお問合せ】
【株】東急スポーツオアシス

TEL : 03-6427-0309 / 担当 : 中原

MAIL : tso-cp-customer@sportsoasis.jp

【主催】
住友商事健康保険組合