

○ 特定非営利活動法人 日本栄養改善学会関東・甲信越支部
市民公開講座2019

日 程	2019年9月29日（日） 13:00 ～ 16:10（受付PM12:30～）
会 場	松本大学 5号館 524講義室 〒390-1295 長野県松本市新村2095-1
アクセス	松本電鉄上高地線 北新・松本大学前駅
テーマ	「フレイルを予防しよう」 ※フレイル・・・身体や認知機能が低下し虚弱となった状態
内容	講 演 : 「健康長寿のための食事と栄養」 講師 東京都健康寿医療センター研究員 横山友里先生 実技指導 : 「フレイル予防にむけた家族でできる手軽な運動」 講師 松本大学地域健康支援ステーション 健康運動指導士 土井麻弓先生
参加申込期限	2019年9月19日（木） 申込書に必要事項を記入の上、FAXにて長野県栄養士会まで ※ こちらから申込書をダウンロードしてください。
問い合わせ先	(公社) 長野県栄養士会 TEL : 026-235-2308 FAX : 026-235-0623
参加費	参加費無料 受講票は発行いたしません。当日、直接会場へお越しください。
その他（単位等）	日本栄養士会 生涯教育認定講座 1単位（対象：栄養士会会員）
開催	主催：特定非営利活動法人 日本栄養改善学会 関東・甲信越支部 共催：長野県栄養士会