

ヘルスアドバイザー

自分の健康管理、できていますか？
健康は自分で作り出すものです。
健康の知識は、人生を豊かにするためのベースです。

生活習慣病を予防
健康に自信が持てる
長生きの秘訣
体質を改善する
スタイルが良くなる



第一回	栄養と健康
第二回	体質と細胞
第三回	現代の食事情
第四回	栄養素の働き
第五回	病気とは何か
第六回	健康な体作り

健康な体は、一日では作れません。また、不健康な体も一日ではできません。
元気で楽しい人生をおくるために欠かせない健康。
毎日のことだから、知っているのと知らないのでは人生は大きく違ってきます。
自分の体だから、自分で管理する、健康を維持するための知識を身につけませんか？

最小 10 名開講

全 6 回 毎月 1 回 申込金 5000 円 受講料 18000 円

トータルヒューマンサポートセンター

< 受講申込 問合せ >

TEL: 048-571-6020 HAND: 080-5037-1556

Totalhuman_sc_info@ybb.ne.jp