

# 『上海食養塾™ セミナー』

好評につき追  
加講演が決定  
しました！



自分に合った食  
事量にバランス、  
食べ方に調理法、  
健康食品や健康  
情報の選び方な  
どを学び実践で  
きます！



ダイエットに健  
診数値や病態の  
改善、体力アッ  
プ、疲労軽減な  
ど目的は様々！

「食養塾」とは、自身に合った食事管理 / 栄養ケアの方法が無理なく身に付く  
管理栄養士（上級心理カウンセラー）による「健康づくり支援プログラム」です！

## 1. セミナーテーマ

### 『 海外赴任者のための食事管理と栄養バランスについて 』

⇒ 海外赴任者が経験する「食」の悩み！心と身体健康維持・増進、疾病予防、パフォーマンスアップのための対処法を、専門家がわかりやすく解説いたします。ご家族皆さんの食事・栄養ケアを専門家と一緒に考えてみませんか？

こんなときは、  
経験豊富な専  
門家に相談し  
ましょう！

食事にお酒にストレスと赴任生活  
は何かと大変！どうしたら…

困ったなあ…

わかっているんだけど、仕事も  
忙しいし、宴会も多いし、そも  
そも続かない…



鄭州大学での栄養  
管理学術講演にて



上海交通大学第六人  
民医院糖尿病治療プ  
ロジェクトにて

## 2. 講師： 國井 大輔（管理栄養士・上級心理カウンセラー）



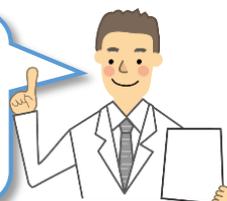
コロンビアクリニック（上海市静安区）統括管理栄養士  
MDネットクリニック赤坂（港区赤坂）統括管理栄養士  
元厚生労働省健康局生活習慣病対策室栄養指導係長。徳島大学医学部栄養学科教官、同  
大学付属病院栄養科NST管理栄養士などを経て、現在、特定保健指導機関である一般  
社団法人日本栄養管理サービス協会理事長。メタボ指導で7,200人を超える指導実績を  
持つ。東京家政学院大学健康栄養学科非常勤講師（健康行動支援プログラム論担当）

## 3. 日時・場所・定員

2015年6月17日 ①10:30～ ②14:00～ 1回90分・各回先着20名  
2015年6月18日 ③15:00～ ④18:30～ ドリンク付き  
コロンビアクリニック セミナールームにて  
上海市静安区南京西路1468号中欣大厦2505室

4. 申込方法：メールかお電話で  
jingan-clinic@columbia-china.com  
+86 21 3305 0626(日本語対応)

食養塾の塾生も募集中です。専  
門家が、赴任中のご家族の、食  
を通じた心と身体健康づくり  
を「個別」に総合支援いたしま  
す。詳しくはスタッフまで。



5. 費用：無料です（ご家族でどうぞ！）

【協力】一般社団法人 日本栄養管理サービス協会