

血管アンチエイジング セミナー

令和4年
2月
22日
(火)



血管の長さをご存知ですか？ 全長10万キロメートル、地球2周半あります。
この血管は、各器官へ大事な栄養を送り込む大切な臓器です。
この血管の若さを保つ「血管ケア」について学んでみませんか？
ご紹介する内容は日常生活で簡単にできる事ばかりです。ご参加をお待ちしております！

日時 令和4年2月22日（火） 同一内容で2回実施

①10時10分～11時10分（受付10時～）

②11時30分～12時30分（受付11時20分～）

対象 神奈川県にお住まいの18歳以上の方

場所 未病バレービオトピア オフィス棟 セミナールーム *受付はオフィス棟 エントランス
神奈川県足柄上郡大井町山田300
交通：小田急線「新松田駅」から 富士急湘南バスで10分
東名高速大井松田 IC より車で5分

人数 各回 15名

参加費 無料

内容 講義Ⅰ 血管についての基礎知識、動脈硬化予防
講師 保健師 西村幸子 15分
講義Ⅱ 血管アンチエイジング 食事はどんなことに気をつければいいのか
講師 管理栄養士 松田美根子 40分
血管年齢測定 赤外線センサーによる指先での測定
結果説明 健康運動指導士 市野瀬 厚

申込方法 電話かメールで事前に名前、住所、電話番号、希望時間（①10:00～、②11:30～）
件名に「血管年齢」と記載しお申し込みください。申込締切：2月17日(木)
事前申込制、先着順とします。定員に達した場合は受付を終了します。

申込/お問合せ先 公益財団法人かながわ健康財団 西村、市野瀬、八百
TEL: 045 (243) 2008 (平日 9:00～17:00)

Mail: kanagawa-kenkou@khf.or.jp

※新型コロナウイルス感染症の感染状況により実施を取りやめる場合があります。