

40歳からヤセ体質に変わる！栄養セラピー

2012年6月27日 水 18:30 ~ 21:30 (受付 18:00)



私たちの体は **食べ物** からできています。

女性として生まれたからには、いつまでも若々しくありたいと誰もが願うものです。実年齢よりも1歳でも若くみられたときには、一日うれしく過ごせる。女性にとって若さを保ち続けることは、それぐらい大切に意味のあることではないでしょうか。こころと体は密接に関連しています。私たちの体は、食べ物からできています。こころとからだの若々しさ、健康を保つための栄養についてお伝えします。

糖質制限食 をご用意しています

当日の会場は日本で唯一の「とうげん中国料理店（糖質減なので糖減）」である東京新橋「梅花（メイファ）」砂糖は全く使わず、フルコースでも全糖質20g未満「副作用は体重が減る事だ」と明言するオーナーの梅橋さんは、自身も低糖質ダイエットで体重10kg以上の減量した経験あります。

また、梅橋さんが新宿で経営される「歎（ファン）」はTV、雑誌に度々登場する有名店梅花の料理も体に良いだけでなく、味も超本格派！

- 定員： 25名
- 参加費： 8,000円 *お飲みものを飲まれる方は別途ご精算頂きます
- 会場： 東京都港区新橋4-9-1 新橋プラザビルB1 とうげん中国料理 梅花（メイファ）

〈お申し込み〉

「お名前（フリガナ）」「電話/FAX番号」「E-Mail」「ご住所（メールが無い場合）」をご明記のうえ、メールでお申込みいただくか okugawa@okugawaseitai.com 裏面に必要事項をご記入のうえ、FAX（03-6805-9343）にてお申し込みください。

主催： とうげん中国料理「梅花」

講演会事務局： おくがわ整体院

会場地図



講師紹介



定 真理子 (じょう まりこ)

新宿溝口クリニック チーフカウンセラー

自身の不妊症の治療で分子整合栄養医学に出会い（現在2児の母）
1984年より栄養療法カウンセラーとして、クリニックやその他機関で多くの患者様と接する。
また新宿溝口クリニックのチーフカウンセラーとしてクリニックの立ち上げからカウンセラー育成などを行い、その後、医師、医療関係者向けの分子整合栄養医学講座・セミナー等の講師を務める。医師などの医療関係者から一般や学校関係者（保育園から高校）までを対象に、講演会・セミナーの講師を務め好評を得ている。

著書：「妊娠体質に変わる食べ方があった」（青春出版）、「医師も実践している子供が丈夫になる食事」（ワニブックス）、「美肌になる栄養セラピー」（マイナビ）、「赤ちゃんがほしい人のための栄養レシピ」（池田書店）

最新刊「40歳からヤセ体質に変わる！栄養セラピー」（青春文庫）発売中！！

申し込み

フリガナ
お名前

電話番号

E-Mail

FAX番号

ご住所（FAX番号・E-Mailの無い場合には、こちらにご案内のお手紙を郵送させていただきます）

申込先：おくがわ整体院 okugawa@okugawaseitai.com

TEL : 03-6805-9343
FAX