

リバースエイジングで10歳若返る

10年前の体になったらお肌もイキイキ、動きもスムーズと感じている方は多いはず。オプティマルヘルスのその先に「若返り」があるのです。見た目の若返りではなく、血管、脳、筋肉、関節、ホルモン、卵子など、実は体の中が若返って初めて若返りを実感します。それも、日々の食事で実現可能。そのコツをお話します。日本国民が10年前に体になったら医療費は減りますよね。そして認知症にはならないでしょう。物忘れが多くなったあなた！みんなで「リバース・エイジング」、時間を巻き戻すように栄養を勉強しましょう。

日本オプティマルヘルス協会は、「元気な体を創る」をコンセプトに、予防から一歩進んだ『最善の健康』を目的に活動しています。ネットの普及で、いろいろな情報が簡単に入手出来る時代になりました。健康に関する情報も数多く流れていますが、情報が断片的であったり、偏った視点に立っていたりすることも少なくありません。

こころとからだは、ひとつであり、からだ健康であれば、心も健康でいられます。私たちは、「からだは、食べたもの以外では作られない」という考えをベースに、食事を中心としたセミナーを開催しています。



- 日 時： 2018年4月19日(木) 10:30～
- 場 所： 塩尻市市民交流センター 401AB
(塩尻市 えんぱーく)
- 参加費： 大 人： 2,000円 (当日：2,500円)
中高生： 1,000円 (当日：1,200円)

☆ 小学生以下のお子様はご入場になれません。また、録音はご遠慮下さい。

あなたの食べたもの、飲んだものがあなたです。

ロジャー・ウイリアムス博士
(パントテン酸【ビタミンB5】の発見者)

講師

福田 由香里

NPO法人 がんコントロール協会認定
栄養療法コンサルタント

日本オプティマルヘルス協会
専任講師

～プロフィール～

家族や友人の病気をきっかけに、1989年頃から正常分子栄養学を学び、関東を中心に幅広く講演を行う。講演への参加者は延べ約17,000人を超える。1995年から毎年開催されている「日本がんコンベンション」の発起人の一人でもある。2010年に「日本オプティマルヘルス協会」を設立。一人でも多くの人々が「最高・最善の健康」を実現できるよう、講演を中心に栄養療法のカウンセリングなど、様々な活動を行っている。



日本オプティマルヘルス協会
JAPAN OPTIMAL HEALTH SOCIETY

お申し込み・お問い合わせ

☎ <http://www.johs.jp/>

✉ info@johs.jp

百瀬 090-5822-2250

・チケットは上記のホームページからお申し込み下さい。