

## 2021年 健康講座

2020年、世界中が未曾有の事態に陥り、今なおコロナ感染拡大が続いています。手洗い・うがい・マスクは必須ですが、何よりもあらゆる病気に打ち勝つ免疫力・抵抗力を付けておくことが大事。これは、急に出来る事ではありません。毎日の食事と良いサプリメントで、体内のバランスを整え 健康な日々を送りましょう。

### 第1部 健康講座 <講師>

「あぶない刑事」でおなじみ☆柴田恭平(の弟!)  
株式会社ウインズ/柴田取締役 営業部長



健康運動指導士としての経験を活かし、健全な心と体作りについて分かり易くお話し致します!

### 第2部 懇親会

身体に優しいノンナの手作りのお食事を食べながら、楽しく懇親会!



写真はイメージです

血流スコープを使い毛細血管の形を観察し、食・運動・ストレスなどいろいろな角度からアドバイス致します。

### ◆日時：2021年1月21日(木)

第1部【健康講座】14:00(受付 13:30より)～16:00 まで  
第2部【懇親会】17:00頃～

### ◆場所：美医食同源 ころもみ

〒166-0003 杉並区高円寺南2-53-7  
・JR中央・総武線(東京メトロ東西線):  
高円寺駅南口より徒歩約6分  
・東京メトロ丸の内線:新高円寺駅より徒歩約10分

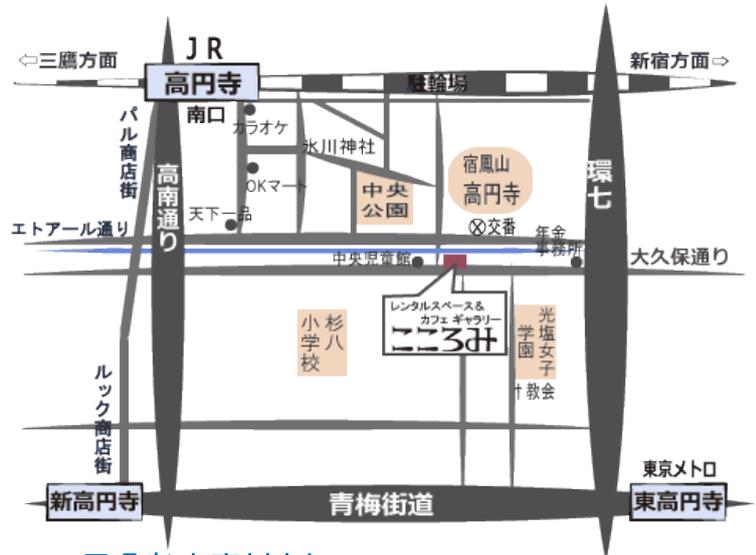
### ◆定員：各回15名(予約制)

### ◆参加費：

第1部：500円(バイオサポート12包 2000円分お土産付き)

第2部：2,500円(ノンナの手作り食事)

※第2部のみのご参加の場合は、3,000円となります。



“健やかに生きる”  
ための お助け  
サプリメント!



お問い合わせ・お申込み：美医食同源

URL:<http://biishoku.ever.jp/>

E-mail:[felicek2002@gmail.com](mailto:felicek2002@gmail.com)