

## 「健康は食から」プチセミナーのご案内

健康な体をつくるには衣食住が大切です。特に食事が大切であるということはわかっているが、どんな食事が体に悪くどのような食事がいいか、また体にどのような影響するかはなかなかわかりません。

そこで食事についてわかりやすくお話をして頂きます。講師は上郷地内で足裏マッサージを行い免疫力を高める療法を行っている「健康館ユーユー」の代表におねがいします。毎日40人以上の方の足裏マッサージを通じて長年の経験から内蔵の不調の原因、食の大切さを唱えています。

お話は座談会形式で質問しやすいように少人数で行います。この機会に体がなんとなくだるい、気持ちがふさがち、これから将来が心配、健康に暮らしていきたいなど思われる方はぜひいかがでしょうか、お手数ですが参加は事前に予約お願いします。

予約 中垣建設 TEL0565-57-2206・FAX0565-57-1806 まで

日時 平成30年2月17日(土) 午前10時から11時30分頃

場所 豊田市生駒町 中垣建設モデルハウス内

定員 6人程度

参加費用 無料

参加された方に粗品(玄米酵素試供品)プレゼントさせていただきます。

とてもわかりやすくお話して頂けます。少人数で申し訳ありませんがぜひご参加ください