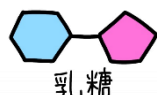


糖質依存

10月22日(水) 13:00~

株式会社 喜働

講師：神保典子



やっと少しずつ暑さの具合も変わり、秋らしさを感じられるようになりました。酷暑の夏が長すぎて、ひんやりした冷たい物の摂取も多くなってしまったのではないのでしょうか？

これからは栄養をため込む時季に向かいます。

今のうちに胃腸のバランス整えておきましょう！

さて、日本でも10年前から流行りだした【糖質制限ダイエット】実践した方もいらっしゃるのではないのでしょうか。しかし、一方で糖質制限はよくないという説も。実際に糖質は体に必要な栄養素であることは間違いありません。では何が問題？摂り方？摂取量？

意外と知らない【糖質】の本当を一緒に学びましょう！！

そして上手な摂り方にしていきましょう。ぜひご参加ください！

午前中も参加自由です♪

知っとく会

10:00~12:00

株式会社喜働の事業内容、関社長のお客様への想い、そして商品のこと…。喜働が今進んでいる道を知っていただけます。「施術サロン」や「ちちんぷいぷい」のことも、しっかりお伝えしています！



場所：(株)喜働

千葉市中央区松波 2-19-8 Kidou ビル 2F