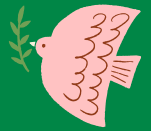




団体様向け健康セミナー 内容・ご案内の流れ



会場

かてんぱぱガーデン内 健康パビリオン

所要時間

約40分/回

※人数によっては時間が多少前後する場合がございます。

金額

1,500円/名

人数

最大40名/回

※人数や施設の都合上、ご希望に添えない場合がございます。
ご予約時にご相談ください。

当日の流れ

①受付：到着後、健康パビリオンのレジスタッフにお声がけください。

②栄養士によるセミナー（40分程度）

セミナー終了後、アンケートのご記入をお願いしております。

③終了後：かてんぱぱガーデンの散策や、

健康パビリオンの無料測定などをお楽しみください。

選べるセミナーテーマ

ご予約時に、以下4種からご希望の内容を1つお選びください。

フレイル

「フレイル」とは加齢や病気などにより、心身の機能が低下した状態。年を重ねても元気に生活するためにはどんなことができるのでしょうか？

メタボリックシンドローム

メタボって何？どうして体に良くないの？メタボについての知識を深め、体脂肪を減らすポイントを学びましょう！

高血圧症

高血圧はどうして起こるの？メカニズムを知って、生活習慣や食事からできる効果的な改善方法を学びましょう！

腸活

心身健康に過ごすための「腸活」の方法を学びましょう！腸を元気にするためのポイントや実際の食事への取り入れ方をご紹介します。

かてんぱぱの認定栄養ケア・ステーションとは？

地域住民の皆様が栄養ケアの支援、指導を受けることができる集いの場です。

かてんぱぱガーデン内の健康パビリオンに「食に関する幅広い知識とサービスを提供する場」として、2020年に長野県内で初めて日本栄養士会から認定されました。

地域の皆様が健康で充実した生活を送れるように、管理栄養士・栄養士がサポートいたします。



詳しくはこちら！

（かてんぱぱの認定栄養ケア・ステーション公式HPへリンクします）

かてんぱぱガーデン

伊那食品工業株式会社