

# 女性の健康と食

クラス  
コード

62A32

\* この講座の申込締切は、6月21日(金)です。

**曜日時限** 土曜10:55~14:05

**受講料** 5,400円  
弁当代1,000円込

**定員** 30名

**単位** 1単位

**概要** 年齢を重ねるほど、何をどのように食べたかが体に顕著に現れてきます。食に困ることのない現代だからこそ、本当に必要なものを選択できているか、今一度見直してみませんか。今回は更年期以降におこりやすい生活習慣病や骨粗鬆症の食事療法について学びます。

**講師** 山屋 恵美子

管理栄養士 糖尿病療養指導士 病態栄養専門士  
栄養経営士  
医療社団法人 成和会 西新井病院所属。入院患者の献立作りと栄養管理、退院前の食事相談、及び外来受診中の患者の生活習慣病の改善・合併症予防を目的とした食事療養指導及び特定保健指導を担当している

**テキスト** プリントを配付します

**内容** 6月29日(全2回/1日2回)

- ① 6月29日 10:55~12:25 閉経後からおこる女性特有の疾病と食事療法
- ② 12:35~14:05 実際にお弁当を摂りながら学ぶ 食の組み合わせと食べ方

※弁当手配の都合上、6月25日(火)以降のキャンセルは弁当代(1,000円)を徴収します。  
衛生管理上、弁当の持ち帰りはできません。

