

はじめての分子栄養学

講師 内野 英香氏

2019年  
**12/13**  
時間/ 14:00 (金)  
~16:00

ビタミンE と EPA DHA

## はじめての分子栄養学

### ビタミン E と EPA DHA

脂質にはいくつかの種類が存在します。脂質の摂取バランスは、若さと健康を維持する上で重要なポイントです。脂質とは何か、主な脂質の種類とそのはたらき、健康への影響についてお話をします。また脂質のなかまであるビタミン E、EPA、DHA を、どのような場面で使ったらよいか、賢い補給の仕方について学びます。

日時/2019年12月13日(金曜日)14時00分~16時00分 <受付 13時30分~>

場所/EM ウェルネスリゾート&コストバスタ沖縄ホテル 2F「オルキデア」

定員/50名



講師/内野 英香

特定非営利活動法人 分子整合栄養医学協会分子整合栄養医学院 教授

KYB クリニック チーフ栄養カウンセラー

参加費/1000円

※参加費は当日会場にてお支払いください。

ケイショウカイへお申し込み頂ければ、どなたでも参加できるセミナーです。

はじめての方でも安心して受講できる内容です。