



# 時間栄養学から 保健指導を考えよう！

**講師** 健康支援 BonAppetit 代表  
管理栄養士 植村 瑠美 氏

様々な働き方、生活リズムの人々に合わせた保健指導ができる保健師を目指し時間栄養学を学びます。理想と現実のギャップを埋めることができる食べ方を考えてみましょう。

**会場** 京都府国保連合会第 1 会議室 (COCON 烏丸 5 階)

**参加費** 1,000 円

10/24(水)

13時～16時

☆ 講演会后、情報交換会も行います。皆様のご参加をお待ちしております。