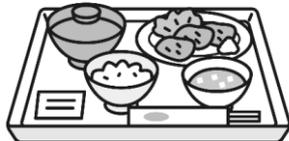


for

サステイナブル・Hakusan今こそ！！「健康経営」

白山商工会議所健康経営セミナー

「食べて学ぶ 食生活改善」



学ぶ！ 栄養講座と実食

- ☑ 健康経営を推進し、従業員の健康づくりをサポート
- ☑ 食習慣を振り返り、バランスの良い食事を実践してみましよう
- ☑ 心と体を整える、食の知恵を美味しく学びましよう

日時： 2024年 11月 22日(金)11:00～13:00

場所： 白山商工会議所 3階研修室

参加費： 無料

定員： 30名程度(※各社2名まで)

内容： **自分に良いこと おいしく、楽しく！**

自分の食事の習慣を振り返りながら、バランスの良い食事や、食品の選び方をレクチャーします。

(公財)北陸体力科学研究所
管理栄養士 中崎 衣美



◆ 当日の流れ ◆

11:00～13:00 (120分)

① 栄養講座

自分の食生活を振り返ってみましよう。

② 実食

地元のお店が用意してくれる料理を
バランス良く選び、実際に食べて体感しま
しよう。

③ アンケート



◆お申込み 下記の参加申込書をご記入の上、**10月31日(木)までに** FAXまたは、
申込書の内容をメールinfo@hakusancci.or.jpにご送信ください。

◆主催・問合せ先 白山商工会議所 人材育成委員会
TEL：(076)276-3811 FAX：(076)276-3812

白山商工会議所健康経営セミナー 参加申込書

FAX：(076)276-3812

事業所名		TEL	
参加者名1			
参加者名2			

【個人情報の取り扱いについて】本申込書にご記入いただいた個人情報につきましては、本講座に関する連絡等の目的のみに使用いたします。