

“免疫力を高める” 健康と食

～元気に仕事をするために～



講師 東京慈恵会医科大学附属病院 栄養部 管理栄養士

あかいし さだのり
赤石 定典 氏

講師プロフィール

1970年生まれ。東京慈恵会医科大学附属病院栄養部管理栄養士。華学園栄養専門学校卒業後、東京慈恵会医科大学附属病院 栄養部に勤務。栄養管理のプロとして栄養に関する研究を行い、入院患者の献立作成や患者と直接対話して栄養管理の指導、アドバイスなどを行っている。

【メディア出演等】

主治医が見つかる診療所 テレビ東京 / あさイチ NHK / 世界一受けたい授業 日本テレビ
ノンストップ フジテレビ / 名医のTHE太鼓判 TBS テレビ / 林修の今でしょ！講座 テレビ朝日
中居正広の金曜日のスマたちへ TBS テレビ etc

【著書】

「あなたが太っているのは、栄養不足のせい
慈恵医大病院栄養士 正しくヤせる食べ方」(マガジンハウス)
「はじめての減塩」(幻冬舎新書)
「その料理9割の栄養捨ててます！」(東京慈恵会医科大学附属病院栄養部監修) 他

日時 令和5年2月21日(火) 午後4時～

会場 石岡市八郷商工会館 (石岡市柿岡 2009-3 / TEL 0299-43-0247)

- ◇ 定員：40名(聴講無料)
- ◇ お問い合わせ：公益社団法人 土浦法人会 電話 029-822-5657 FAX 029-823-9637
- ◇ ご来場の際は、マスク着用をお願い致します。
- ◇ 新型コロナウイルスの感染状況によっては、講演会の中止もありますのでご承知おき下さい。

※ ご参加につきましては、2月10日(金)までにお申し込み下さいます様、お願い致します。

切らずにこのまま送信下さい

講演会参加申込書

(公社) 土浦法人会 FAX 029-823-9637

事業所名		TEL	
住所		FAX	
受講者名	/		

※いただいた情報は上記講演会のみ利用させていただきます。