



この症状でお悩みの方は是非

脂質異常症・高血圧症・糖尿病

美味しく食べて、健康アップ！

生活習慣病を食事で改善

— 症状別おすすめ食生活

食事と健康には深い関わりがあることがわかっています。
偏った食事で逆に体調が悪くなることも。
正しい知識を得て、自身の食生活を見直しましょう。



日時 **平成28年3月11日（金）**
14:00～15:00（13:30受付開始）

会場 **野幌公民館**（野幌町13-6）

講師 医療情報学部 医療情報学科
おくむら しょうこ
奥村 昌子准教授
（管理栄養士、健康食品管理士）

定員 **40名**（事前予約制）



●申込先
（主催）

北海道情報大学 健康情報科学研究センター

〒069-8585 江別市西野幌59-2

TEL: 011-385-4430 FAX: 011-385-4429

<http://healthy.do-johodai.ac.jp/> Eメール: wellness@do-johodai.ac.jp

※申込先までFAXかEメール、お電話にてお申し込みください。

FAX/Eメールでの申込方法: 参加者氏名、電話・ファックス番号、「生活習慣病を食事で改善講習会に参加します」と記載し、上記FAX番号、Eメールアドレス宛送付ください。



北海道情報大学 健康情報科学研究センター

FAX : 011-385-4429



北海道情報大学
Hokkaido Information University

の ヘルシートーク

講習会参加申込書

下記にご記入の上、3月9日（水）までにお申し込みください。

「生活習慣病を食事で改善」講習会に参加
します。

申込日： 月 日

参加者名	
電話番号	
ファックス番号	
えべつ健康カード 会員ですか？	はい いいえ