

第6回 オフィスひめの主催

試験に勝つための 栄養術セミナー

これまでの受験対策では足りないものとは？

開催日程

2022年3月27日(日)

【受験栄養セミナー】 13:00～14:30 (90分)

【特別オンライン懇親会】 14:45～15:15 (30分)

申込期間

2022年3月26日(土) 18:00まで

会場

ZOOMオンライン



QRコード

WEB申込はこちら



ひめのともみクリニック
院長 姫野 友美



管理栄養士
吉川 圭美

【特典①】
～当日参加者限定～
オリジナルレシピ集プレゼント！

【特典②】
～当日参加者限定～
オンライン懇親会参加可能！

【全員特典】
ZENB(ミツカン)オンラインサイトで
使える**10%off**クーポン付！

当日参加 : 3,500円 (税込)

後日視聴 : 2,500円 (税込)

定員 : 上限 500名

申込方法 : WEB(Peatix)、オフィスひめの店頭

<https://officehimenoseminar-220327.peatix.com/>

OFFICE
HIMENO



2022年3月27日(日)

▶ 13:00～14:30

[受験栄養セミナー] (90分)

<講師紹介>

管理栄養士 吉川 圭美(よしかわ たまみ)

1. 集中力をつくる栄養素
2. 眠気とイライラ対策の食事法
3. お腹の調子を整える食事法

<特別講師紹介>

ひめのともみクリニック院長 姫野 友美 (ひめの ともみ)

1. 医学的な脳の機能と栄養について
2. 脳を活性化する栄養素や方法。
学習力、集中力や勉強効率、成績アップのために
必要な栄養素やサプリメントなど知りたいこと盛沢山!

~profile~

- オーソモレキュラー栄養医学研究所認定(分子栄養学)栄養カウンセラー
- わくわくbase亀戸保育園 管理栄養士
- +NUEtrition(プラスニュートリション)主宰
- webメディア「MYLOHAS」にて、「こころとカラダQ&A」を連載中。

~profile~

- 心療内科医。医学博士。
- 前日本薬科大学薬学部教授。
- ひめのともみクリニック院長
- テレビ東京系列『主治医が見つかる診療所』にレギュラー出演等、テレビや新聞・雑誌等のメディアでも活躍中。
- 著書『認知症になりたくなければラーメンをやめなさい』(講談社)など多数

▶ 14:45～15:15

[特別オンライン懇親会](30分)

お子様のご体調やお食事、
受験対策でお困りのことなど、
お気軽にご相談や情報交換ができる懇親会です!

講師の吉川先生、姫野先生も参加!

セミナー終了後、こちら是非ご参加ください。
音声のみのご参加も可能!
皆様と一緒に楽しみましょう!

- 当日参加者の方で、希望者のみご参加が可能です。
- 懇親会のみ参加不可。
- 懇親会の録画配信はございません。

ぜひ、懇親会にもご参加ください!

こんなお悩みはありませんか?

- 長時間勉強しているのに成績が上がらない
- やる気が出ず、不安ばかりが募っていく
- 朝起きられず、朝ごはんを抜いてしまう
- 昼夜逆転し本番に起きられるようになるか不安
- 緊張すると、お腹が痛くなったり、下痢をしたりする
- 集中出来ない、記憶力が悪くなった気がする
- ずっと机に向かっているので便秘がち

【キャンセルについて】

キャンセルは、開催日一週間前の3/20(日)まで受付致します。
やむを得ずキャンセルをご希望される場合は、[お問い合わせ先]よりご連絡下さい。

お問い合わせ: info@office-himeno.com

または03-5436-4220まで(10:00-18:00 ※金・日・祝日休み)