

心と身体を 整える食事法

カフェ & スイーツ
タイムもあるよ



R6.3/ **3** SUN 14:00~16:00頃
受付13:30~

場 所 みんなの森 ぎふメディアコスモス
あつまるスタジオ

住 所 岐阜県岐阜市司町40-5

参加費 無料
※有料駐車場有り。館内の手続きにて2時間無料。

参加資格 岐阜県の女性歯科技工士の方(先着25名)

講師 歯科技工士 横田愛子先生

2年前、メンタルの不調をきっかけに食育を学びました。食事を変えたことでメンタルだけでなく、10代の頃から悩まされてきた身体の不調、アレルギーや生理痛、PMSなどを手放すことができました。普段何気なく口にしていてる食事が私たちの心と身体に与える影響や、私が普段の食事意識していることをお伝えしたいと思います。

お問い合わせ先
一般社団法人岐阜県歯科技工士会 事務局
TEL:058-273-0106
gifukengi@khf.biglobe.ne.jp

申込先→
申込締切2月18日



Profile



2017 岐阜県立衛生専門学校卒
Oz Dental Lab勤務
・セミナー受講歴・

2022.3 食育セミナー
4 食べるグループファスティング
9 サステナブルデザイナーセミナー
2023.3 エシカルデザイナーセミナー
9 エシカルデザイナーセミナー再受講