



# 更年期をもっと楽にする 栄養セラピー

～ 心と体に効く栄養学 ～

 <sup>アナタ</sup> 栄養で女性は生まれ変わる

 栄養でもっと健やかに、しなやかに

 カフェ ゆるり 「<sup>特別ランチ</sup>体にやさしく 心にうれしい セラピーランチ」 800 円 (限定 10 食)

会員 500 円

非会員 1000 円

定員：20名

9/18 (水)

うえだミックススポーツクラブ事務所

13:00～15:00

## 定 真理子 さん

NPO分子整合栄養学研究所  
分子整合栄養管理士  
分子整合栄養アドバイザー

自身の不妊症の治療で分子整合栄養学に出会い（現在2児の母）、1984年より分子整合栄養アドバイザーとして、クリニックやその他機関で多くの患者様と接する。医師、医療関係者向けの分子整合栄養医学講座・セミナー等の講師を務める。著書：「妊娠体質に変わる食べ方があった」（青春出版）、「医師も実践している子供が丈夫になる食事」（ワニブックス）



お申込み・お問合せ

〒386-1323 上田市本郷631-2

NPO 法人うえだミックススポーツクラブ TEL 0268-71-5392



woman health network

woman health network

女性の心と身体の健やかさを応援するプロジェクト  
つよく・やさしく・うつくしく・いきいきと。

