

2020年10月コースのお申込みは  
mail またはお電話で！

2020年8月6日(木)9:30~

# おうちで ヘルシーダイエットコース 3ヶ月集中講座

あなたの健康をWEB講座で見直してみませんか？

栄養クリニックだからできる充実したカリキュラム！

すべてリモートで受講できます

- 健康になれる食事法の学び
- オーダーメイドの栄養相談
- WEBで一緒にエクササイズ
- 自宅で採血(血液検査キット2回送付)
- 便検査(腸内環境検査キット1回送付)

管理栄養士を中心に、医師、運動指導者、料理研究家がチームとなって

専門家があなたの健康をしっかりサポート



## 栄養相談

お一人おひとりに、担当の管理栄養士がアドバイス！日々の不安やお悩みもお気軽にご相談下さい。



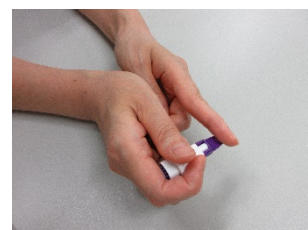
## 学べる講座

医師、女子栄養大学教授による厳選した講座です。食事の「正しい知識」を身につけましょう！



## 運動指導

太藻ゆみこ先生による「正しい立ち姿」からしっかり動かせる体づくりまで細かくアドバイス！



## 自己採血

キット到着後、自宅で血液と便を採取。検査結果がお手元に届きます。

# ヘルシーダイエットコースとは？

生活習慣病の予防・改善を中心に学習し、正しい食生活を身につけるコースです。

受講日程(3ヶ月間 火曜日 10:00~12:00 全12回 WEB 講座)

第1回目 9月29日	第2回目 10月6日 【自己採血】	第3回目 10月13日	第4回目 10月20日	第5回目 10月27日	第6回目 11月10日
---------------	-------------------------	----------------	----------------	----------------	----------------

第7回目 11月17日	第8回目 11月24日	第9回目 12月1日	第10回目 12月8日 【自己採血】	第11回目 12月15日	第12回目 12月22日
----------------	----------------	---------------	--------------------------	-----------------	-----------------

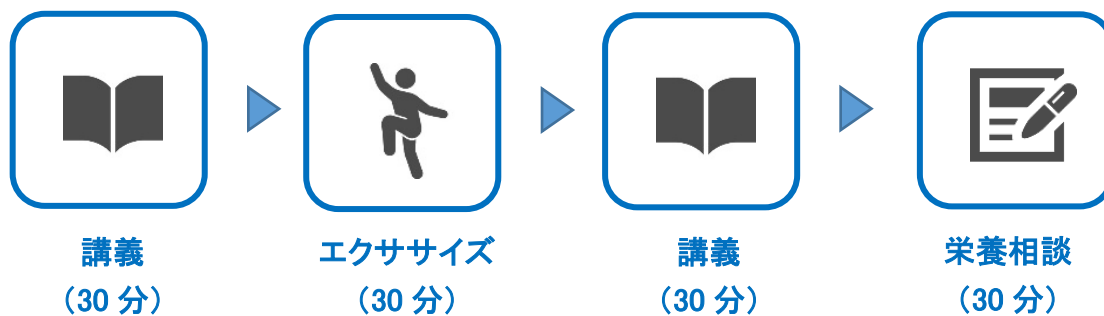
【Web 講座】(パソコン・スマートフォン可)

Microsoft の Teams を使用し、ご自宅で講義や栄養相談を受けられます。手順や使い方など、事前に簡単な練習時間を設けます。

Teams の接続はご本人でお願い致します。

Teams のご利用にあたって通信費用はご本人の負担になります。Wi-fi の利用をお勧めいたします。事前にインターネット環境のご確認をお願い致します。

## 1日の主なスケジュール



受講料: 170,000 円(税込)

入会金: 5,000 円(税込)

検査キット 3 回分・教材費等  
約 4 万円相当を含みます

- \* 定員になり次第募集を締め切らせていただきます。
- \* 入金後の返金は致しかねますのでご了承下さい。
- \* 再コースの方は、入会金不要です。

定員: 6名

女子栄養大学 栄養クリニック

〒170-8481 東京都豊島区駒込 3-24-3

TEL: 03-3918-6181 mail:clinic@eiyo.ac.jp

