

# 体脂肪計タニタの社員食堂セミナー

MINI レシピ BOOK  
プレゼント

昼食 お弁当付

## 日時・会場

日時 平成27年9月5日(土)10:00~12:00 (受付9時20分~)

会場 石川県地場産業振興センター (駐車場有)  
金沢市鞍月2丁目1番地

## 講師

講師 (株)タニタヘルスリンク 管理栄養士

## 対象者

組合員及び成人のご家族

## 参加費

無料



## セミナー内容

### 「体組成測定」デュアル周波数体組成計による測定&結果解説

体組成計を利用すれば体重計や体脂肪計ではわからなかった「筋肉量の減少」や「基礎代謝量の減少」「内臓脂肪レベルの増加」に気づくことができます。

### 講座「体脂肪計タニタの社員食堂セミナー」

532万部を超えるヒットとなった「体脂肪計タニタの社員食堂」のヘルシーレシピのコツをお伝えし、日々の健康づくりにお役立ていただく内容となっています。

タニタ式健康づくりとは  
ヘルシーレシピのコツ実践編

500Kcalのまんぷく定食のコツ  
質疑応答

セミナー終了後に、お弁当を配布し、解散となります。



## 参加申込方法

- ・下記の参加申込書を郵送またはFAXにて送付してください。
- ・定員は50名。申込数が定員を上回った場合には抽選となります。
- ・申込の結果は、申込者全員に8月21日(金)以降に通知します。  
グループで申込の場合は代表の方1名のみ通知します。



## 申込締切日

平成27年8月21日(金)

## 送り先・連絡先等

〒920-8555 金沢市幸町12-1 石川県市町村職員共済組合 福祉課 中嶋

TEL076-263-3366 FAX076-263-3384

ホームページにも掲載しております。 共済いしかわ (<http://www.kyousai-ishikawa.jp/>)

## 体脂肪計タニタの社員食堂セミナー

## <参加申込書>

組合員氏名	年齢	組合員証記号番号	—		
組合員氏名	年齢	組合員証記号番号	—		
ご家族氏名	続柄	年齢	ご家族氏名	続柄	年齢
連絡先電話番号 (日中連絡のとれる番号をご記入ください)		—	—		