



# 「**老い支度講座**」part2

## ～「**食**」から学ぶ長寿の秘訣～



■講師：馬淵 恵（まぶち めぐみ）氏 <sup>フレック</sup>FREC（株）代表取締役



### ♥管理栄養士公認スポーツ栄養士馬淵恵プロフィール

共立女子大学食物学科管理栄養士専攻を卒業後、食品メーカーで営業を経験。結婚後フィットネスクラブで管理栄養士として、スポーツをする方を栄養面からサポート2人の男の子を出産し、育児をしながらフリーの管理栄養士の活動をスタート、大手エステ会社の在宅栄養サポート、行政、病院での糖尿病、生活習慣病の方への栄養指導、企業で健康管理、特定健診の栄養指導ダイエット指導で延べ3万人以上の方の食生活のサポートを経験。子供達の習い事のサッカーからスポーツをする人の栄養サポートに魅せられ、日本体育協会公認スポーツ栄養士を取得。企業の立ち上げスタッフとして企業人としての心得を学び、2013年FRC-フレック-設立「食を育てる」をモットーに、邁進するママさんスポーツ栄養士&管理栄養士

■開催日時：平成26年10月1日（水）午前10時より

受付午前9時45分～

■開催場所：瑞穂市本田コミュニティーセンター2階会議室

■参加費：無料（岐阜県ボランティア活動振興基金助成事業）

■締め切り：先着60名まで（定員になり次第締め切ります。）

■申し込み：NPO法人いなほの会 村上 ☎090-4255-0902

E mail : [inahonokai@gmail.com](mailto:inahonokai@gmail.com) FAX 058-326-9582

10/1「老い支度講座」申込書



氏名	フリガナ	連絡先 ☎
住所		Email

