

本物の健康を追求している
ソネケンのセミナー



食と住宅から 考える健康づくりとは

in 仙台

増え続けている病気を予防し、家族みんなが幸せに暮らすための鍵は「食」と「住」生活の改善にあります。

今回、食育専門家である保健学博士の菅原明子先生をお招きし、生活者の目線で健康な暮らしのポイントをお伝えします。



●講師

保健学博士 菅原 明子先生

1976年、東京大学医学部疫学教室にて博士課程修了。保健学博士。
1984年「菅原研究所」を設立。人間のための食環境づくり西洋医学、
東洋医学の両面から調査研究している。
食育・健康教育の分野、そしてマイナスイオン科学の第一人者として研究、
執筆、講演活動などに精力的な活動を繰り広げている。
主な著書に「グリーンエネルギーとエコロジーで人と町を元気にする方法」
「天然素材住宅に暮らそう!」「美味しい糖尿病レシピ」
「マイナスイオンの秘密」など、食事や環境に関わる著書多数



●開催日時:

2018年6月30日(土) 14:00~16:40 (受付 13:30~)

●場所: 仙台ガーデンパレス

〒983-0852 仙台市宮城野区榴岡4-1-5

●定員: 120名様
・事前にお申し込みが必要となります。
・定員になり次第締切りとさせていただきます。

●対象: 一般・学生 ●参加費: 無料

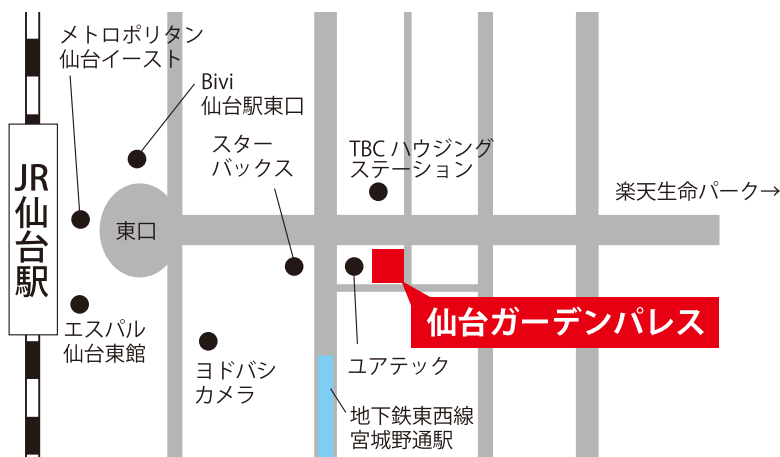
●お申込: 裏面に記載の方法でお申し込みください

●主催: **ソネケン** (株)カネソ曾根建業

〒981-3112 宮城県仙台市泉区八乙女4-9-7
Tel: 022-373-5571 Fax: 022-373-5572

●協賛: (一社)住環境改善推進協議会

〒105-0001 東京都港区虎ノ門2-5-4 末広ビル4F
Tel: 03-6257-3983 Mail: info@kenko-kaiteki.com



●仙台市地下鉄東西線 宮城野通駅北1出口より徒歩1分

食と住宅から考える健康づくりとは

in 仙台

●本セミナーの趣旨

今、二人に一人がガンに罹患する時代です。さらに最近は認知症、アレルギーや喘息、花粉症など様々な病気や体調不良が増え続け、医療費もうなぎのぼりの状況ですが、それらの多くは生活習慣が原因であるとされています。病気を防ぎ、健康で感性豊かな暮らしを実現する一番の秘訣は、食生活と住環境を見直すことです。本セミナーでお招きしている保健学博士の菅原明子先生は、もともと食育の専門家でしたが、「増え続ける現代病は食事だけでは食い止められない。その多くは住宅環境に原因がある」ことに着目され、住環境と抗酸化(マイナスイオン)の研究にも取り組んでこられました。今回、先生より長年の研究成果である食と住に関わる生活改善の秘訣をお教えいただき、地域の皆様に健康で快適な暮らしを実現していただくことを目的とし、今回のセミナーを開催いたします。

●プログラム

14:00～ ご挨拶

14:03～ **保健学博士 菅原明子先生講演**

住まいと食事改革で抗酸化健康生活(仮題)

～食生活そして住生活、暮らしを通じて健康生活を送るための知恵～

15:15～ 休憩

15:30～ **体験者の発表**

健康住宅で幸せな暮らしを続けています

16:00～ **体験者の方と菅原先生のディスカッション**

16:20 質疑応答

16:40 終了

※スケジュールについては、予定とさせていただきますのでご了承ください。

●お申し込み方法

ホームページまたはお電話にてお申し込みください。

◎ホームページ：(株)カネソ曾根建業のHPにアクセスしていただくか
QRコードを読み込み申込フォームにお進みください。

ソネケン



<http://www.soneken.co.jp>

◎お電話：022-373-5571

一般社団法人 住環境改善推進協議会について

住環境改善を通じ健康長寿社会の実現に寄与するため、本テーマに関わる情報を発信や健康快適住宅を設計施工する人材の育成、一般社会への啓蒙を行うことを目的とし2016年設立。健康快適住宅の認定や設計プランナーの教育制度などを通じ、健康快適住宅の普及推進に努めております。