

# SHOKU LIFE DESIGN

## 「平成21年度ライフプラン基礎体験セミナー」にて、 『健康』と『食』に関する講演を行いました。

### ■ 概要

財団法人地方公務員等ライフプラン協会様主催の「平成21年度ライフプラン基礎体験セミナー」が2009年7月9日、10日の2日間で開催され、9日に弊社代表 柏原幸代が「健康」と「食」に関する講演を行いました。

講演タイトルを『「食」が変われば、人生が変わる!』とし、カロリー数値を気にしない食事の考え方や、食べ方と「健康」の関わりなど、「食」をストレスに感じることなく健康で幸せに生きるためのポイントをお伝えしました。



▲ 会場風景



柏原 幸代 著  
目からウロコの「大人の食育」  
— 病気にならないための新常識 —  
定価: 1,000円(税込)

また、今回のセミナー内容は、『目からウロコの「大人の食育」』  
(柏原 幸代 著)にも書かれております。  
ご興味のある方は、下記お問い合わせ先までご連絡ください。

本件に関するお問い合わせ先

食ライフデザイン株式会社 (広報担当: 多田)

東京都新宿区舟町8-2 石橋興業舟町ビル3F

TEL: 03-5919-7335 FAX: 03-5919-7336

ホームページ: [www.shoku-ld.jp](http://www.shoku-ld.jp) E-mail: [info@shoku-ld.jp](mailto:info@shoku-ld.jp)