

## 秋田県委託事業『ライフステージ別栄養普及事業』

働く方々を対象とした

# 「栄養出前講座」のご案内(無料)

秋田県は、平成29年はがん死亡率が、平成9年以来21年連続で全国1位、脳血管疾患の死亡率が全国1位となっております。

塩分は人間の体を維持するために重要な働きをしますが、とり過ぎると腎疾患・心疾患・胃がん・高血圧などの原因になります。

働き盛りの方は、自分の身体について気になることはあっても、仕事や家族のことを優先し、見直すことができないまま、毎日を過ごしている方もいらっしゃるのではないのでしょうか？

秋田県栄養士会では、秋田県からの委託により、働く方々を対象に「減塩」についての出前講座を実施します。食習慣を見直し、自分の健康を知る機会にぜひご検討をお願いいたします。

### ◆事業内容◆ 減塩を主とした栄養出前講座

### ◆実施内容◆

- ①食塩と生活習慣病の関係
- ②普段の食事にどの位食塩が入っているのか？
- ③食事の食塩を減らすにはどうすれば良いのか？
- ④健康的な食事はどんな食事・・・など



### ◆経 費◆ 無料

### ◆受付締切◆ 令和元年 10月31日 ※実施期間11月末まで

### ◆申し込み◆ 別紙のFAX用紙をご利用下さい。

★日時の決定については、申込書を受取り後、こちらからご連絡いたします。

### 公益社団法人 秋田県栄養士会 (開所日 月・火・金)

〒010-0922 秋田市旭北栄町1-5 秋田県社会福祉会館6階

FAX 018-800-6176

HP <http://www.akita-eiyou.or.jp/>



# 働く方々を対象とした『栄養出前講座』申込書

公益社団法人 秋田県栄養士会 宛て

FAX 018-800-6717

お申込日	令和 年 月 日		
会社名			
ご担当者			
住所	〒 ー		
TEL			
FAX			
参加人数	男性 人 ・ 女性 人		
希望日時	第1希望	令和 年 月 日( ) 時 分～ 時 分	
	第2希望	令和 年 月 日( ) 時 分～ 時 分	
	第3希望	令和 年 月 日( ) 時 分～ 時 分	
希望内容			
その他	ご不明な点は、FAX かメールにてお問い合わせください。		

公益社団法人 秋田県栄養士会 (開所日 月・火・金)

〒010-0922 秋田市旭北栄町 1-5 秋田県社会福祉会館 6

階 FAX 018-800-6717

HP <http://www.akita-eiyou.or.jp>