



NPO 法人メンタルコミュニケーションリサーチ 家族勉強会・交流会

不登校ひきこもりの 栄養改善講座

2019

7.21 Sun

時間

13:00-15:00

家族勉強会

15:00-16:00

家族交流会

参加費(資料代)

無料

会場

亀戸文化センター第2会議室
<https://www.kcf.or.jp/kameido/>

講師：滝口 和美

看護師 抗加齢学会認定指導士 THP 産業保健指導者 THP 心理相談員
シナプソロジーインストラクター

看護師として、人間ドックや企業で保健指導やメンタル対応など予防医学に従事する。
現在はメンタルクリニックにて、訪問看護や相談業務を行っている傍ら、認知症予防に携わっている。身体もこころも栄養が多分に影響していることを痛感している中、分子整合栄養医学に出会い勉強中。



不登校やひきこもりはこころの問題と捉えられがちですが、食事や栄養不足が一要因となっていることが少なくありません。脳の細胞は食事によって作られます。特に成長期の子供は栄養の影響を受けやすいといわれています。抑うつ気分など症状と影響の研究は、昨今盛んに取り上げられ注目を集めています。今、起きているからだやこころの問題を栄養面から考え、日常で取り組める工夫や対策を一緒に考えます。

申し込み

- ① お名前 ②電話番号 ③Email アドレス ④MCR 会員の有無を
ご記入の上 mentalcr@yahoo.co.jp 又は 080-9035-2009 までお申し込みください。
*お申し込みの際にはメールの件名に「7/21 勉強会参加」とご記入ください。