

Health Care Work Shop

- 日々頑張る皆さんのためのヘルスケア講座 -

人がしあわせに生きていくためには、衣・食・住に加えて美容と健康が必要になります。
美容を追求すれば、健康になると言われるのは、美容と健康には確かな相互作用があるからです。

実年齢より若く見える人は、健康寿命が長い

“糖化”と“酸化”を抑えれば、病気の9割は予防できる！
確かなエビデンスに基づいて、美容から健康をアプローチします。

実年齢より若く見えるためのヘルスケア講座

- 1 「ヘルスケアの考え方」
- 2 「酸化対策：4つの活性酸素を引いて、体の酸化を抑える」
- 3 「糖化対策：AGEs（終末糖化産物）を引いて、体の糖化を抑える」
- 4 「ボディメイクの考え方」

2024.5.20 (mon)

10:00～13:00

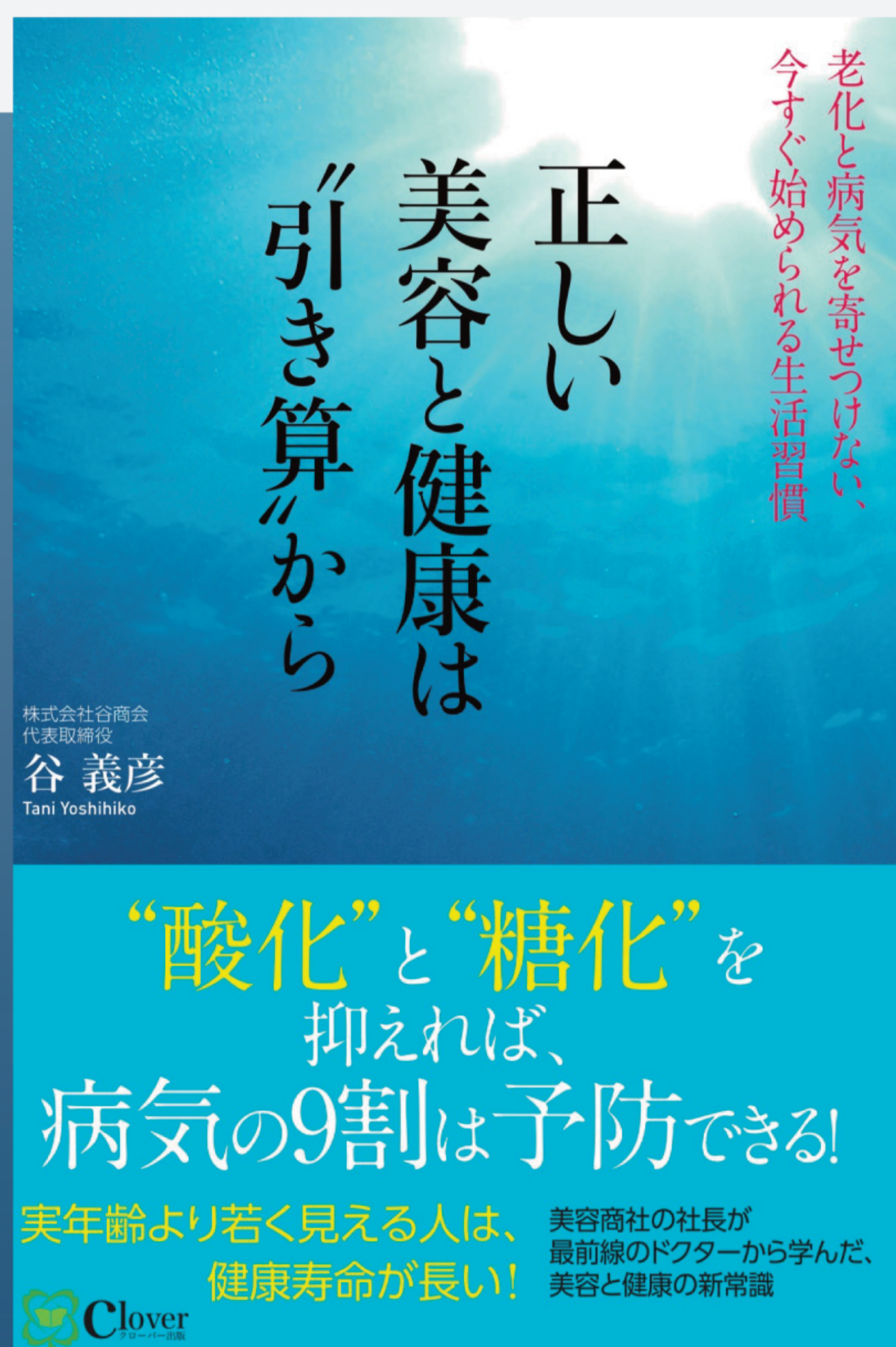
場所：谷商会元町スタジオ

兵庫県神戸市中央区元町通3丁目1-1 メディカルビル翔貴

受講料：無料



フォーエバーハピネス
公式LINE



私たちは、日々頑張っている皆さんを応援しています。