

11/4
MON

“ポリフェノールにそんな効果があったとは!?”

カカオがもたらす健康法

トリトバ特製
カカオ85%&100%
チョコレートプレゼント♪



ポリフェノールは、植物に含まれる化合物で、抗酸化作用があり、さまざまな健康効果が期待されています。ポリフェノールが多く含まれるカカオに関する知識や健康法などを管理栄養士が詳しく講義します。

時間 14:00～15:00

場所 TAC2スタジオ

定員 30名



管理栄養士:新穂 浩子
TACで長年、会員様の栄養指導を担当。中野区や港区など自治体からの栄養セミナーも数多くこなすスペシャリスト。

《お申込みについて》

10月8日(火) より申込み開始

WEB → 9:00～

窓口 → 9:30～



左記QRコードもしくはホームページ内の専用バナー「マイページ」よりログインください。

TAC中野

検索

<https://tac-net.info/>