社員のための

健康経営応援セミナー

貴社で働く方が仕事において十分なパフォーマンスを発揮できるように、「健康なカラダづくり」と「食の楽しさ」をテーマにしたプログラムを用意しました。今、話題の「健康経営®」の一環として、ぜひご活用ください。

「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

健康経営サポートプログラム

朝食改革で パフォーマンスアップ

「朝食と仕事のパフォーマンスの相関」「自分の朝食の振り返り」「朝食を整えるコツ」を通して、朝食改革をしていただくプログラムです。新入社員研修でのご活用もおすすめです。





未来のための栄養改革

数十年〜数年前と比べて体の変化が気になる年代を対象に、生活習慣の見直し・改善を促すプログラムです。 生涯を通じて健康でいるための食事のポイントをお伝えし、実践するコツを学びます。

「明日の健康美」 を叶える食事

女性が「健康美」を叶える 道のりの一つは、毎日「バ ランスの良い食事」をとる こと。女性の健康課題やラ イフステージごとの身体の 変化を理解し、未来の自分 のためにできることは何 か?を考えます。

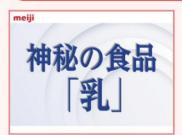




見直そう! 水分補給

暑い環境下では、気づかないうちに多くの水分が失われています。水分不足による体の不調、水分補給のコツをお伝えするプログラムです。高温多湿環境下の業務における注意点も紹介します。

食への好奇心、探求心を育むプログラム



神秘の食品「乳」

自然の恵み「乳」の奥深い世界をのぞいてみませんか?

「乳」の幾千年もの歴史や価値、乳製品 の進化について学びます。



ヨーグルトのひみつ

栄養バランスの良い牛乳に、乳酸菌の効果を加えたヨーグルトは、今や私たちの食卓に欠かせない存在です。

このプログラムでは、ヨーグルトの歴史や 豊かな栄養、乳酸菌の働きなど、おいしさ だけに留まらない様々な魅力をわかりや すくお伝えします。



チーズを知り チーズに親しむ

そのままでも料理に使ってもおいしい、まさに万能な食品であるチーズ。

このプログラムでは、製法、栄養面での価値、手軽な楽しみ方、そして今や世界で高く評価される国産チーズの魅力と、国産チーズを食べることの意義について、くわしくお伝えします。



チョコレートの世界へようこそ!

原料となる「カカオ」の生産やチョコ レートの製造、歴史、カカオ農家支援な ど、知られざるチョコレートの世界をご紹 介します。テイスティング体験もありま

お申込み方法

開催日: 平日(月~金) 参加人数: 25名以上でお申し込みください。

所 要 時 間 : 45~60分(左記以外もご相談ください) 費 用 : 無料

場 所 : 会議室などをご用意ください。 締 切 : 余裕を持って、開催ご希望日の 1ヵ月以上前までにお申し込みください。

詳細は、下記にお問い合わせください。

株式会社明治 関西支社 ダイレクトリレーション一課 「食育セミナー」係

〒540-8521 大阪市中央区城見1-2-27 クリスタルタワー30F TEL:06-6949-1161 FAX:06-6949-0471

* *右記QRコードからのWEB申込も可能です* *

明治の食育

https://www.meiji.co.jp/ meiji-shokuiku/ kenkokeieiseminar/



株式会社 明治