

骨粗鬆症・動脈硬化予防講演会

骨粗鬆症も動脈硬化も老化とともに進行しますが、ならない人もいます。その差は何か？骨粗鬆症、動脈硬化、カルシウム栄養について、日本を代表するアンチエイジングドクター平良がこれまでの知見をもとに語ります。

日時: 5月20日(日) 午後2時00分～

場所: 介護老人保健施設白寿園4階ホール

入場料: **無料** 定員: 100人(要予約)



～講演内容～

- ・なぜ骨粗鬆症・動脈硬化になるの？
- ・カルシウムを取りすぎても少なすぎてもいけないってホント？
- ・動脈硬化は改善できるってホント？
- ・糖尿病やビタミン不足も関係するってホント？
- ・食事は何をたべたらいい？
- ・睡眠の質も関係するの？
- ・骨粗鬆症や動脈硬化を改善する栄養素は？
- ・白寿園で実施している臨床栄養療法とは？

講師: 平良 茂
(ハートフルクリニック院長)
アンチエイジング専門医
点滴療法研究会ボードメンバー

<著書>

- ・病気になる体づくり
- ・末期ガン克服への挑戦(共著)
- ・サプリメント図鑑2007(共著)

第2弾<特別講演>

今年8月19日午後2時から、てんぶす館にて「認知症予防対策講演会」を開催いたします。

主催: 介護老人保健施設 白寿園 

共催: 予防医学・アンチエイジング医学研究会 

住所: 〒901-0311 沖縄県糸満市字武富175-1

連絡先: 098-992-0088 白寿園