



美肌を目指そう



山形ロイヤル病院 × ヤクルト コラボ講座

講師 山形ロイヤル病院 管理栄養士 / 山形ヤクルト販売株式会社 化粧品課 佐藤由貴子様

肌荒れに悩んでいる人は、睡眠や運動などの生活習慣病を改善するとともに、食事のとり方も見直すといいかもしれません。栄養が偏っていたり、必要な栄養がとれていなかったりすると、肌に影響が出ることもあります。

この講座では、美肌のためにおすすめな食材や、栄養について解説します。後半は、ヤクルト化粧品課の講師の方より、化粧品サンプルを用いたお肌のお手入れなどを実践します。健康肌につながるお話ですので、男性の方もお気軽にお越しください。

ご希望の方には体組成計での健康測定も行います

- 身長
- 体重
- 内臓脂肪レベル
- 骨量
- 体脂肪率
- 基礎代謝
- 体内年齢
- 筋肉量
- 体水分
- 握力など

参加費 無料

2024.03.23 土
10:00 - 11:00

10:30 ~ 11:00

山形ヤクルト化粧品課 佐藤様による
化粧品サンプルセルフケア実践

定員 20 名程度 (要予約) 会場 山形ロイヤル病院
〒999-3712 山形県東根市大森 2-3-6

ご参加
お待ちしております

感染防止対策について

感染防止対策を講じたうえで開催いたしますが、開催日、開催内容等が変更になる場合もございます。当日はマスク着用、検温、体調チェック、手指消毒にご協力をお願いいたします。



お申込み・お問合せは下記までご連絡ください



IMS(イムス)グループ 医療法人財団 明理会

山形ロイヤル病院

地域医療連携室



0237-43-8226

〒999-3712 山形県東根市大森 2-3-6

電話受付時間：平日 9:00 ~ 17:00 / 土曜日 9:00 ~ 12:30 (祝日を除く)

