



## 第13回

# 精神障害「心の病」を知るための オンライン・セミナー

テーマ

## 『食から心に栄養を与える』

～精神面からくる体の不調も食生活の見直しで少しでも改善してみよう～

講師

## 宮下麻子

(米国登録栄養士、ニューヨーク州認定栄養士)  
(Asako Miyashita, MS, RDN, CDN)

<日時> 2022年6月30日(木) 6:30pm~8:00pm PST (9:30pm~11:00pm EST)

<主催方法> Zoom

<参加費> 無料

### <参加申込方法>

① メールの場合: Seminar Staff 宛 [namistaff2022@gmail.com](mailto:namistaff2022@gmail.com)

**\*下記を記入してください**

A. 名前

B. Email アドレス

C. 何で知りましたか?

(例: ○○新聞、△△タウン誌、など)

② 電話の場合: Futami Wai 宛 (317) 410-9004

\*正確な参加者人数を把握させていただくために、一人ずつ個人で申し込みをお願いいたします。