

子どもの能力を上げる 「睡眠/栄養/胃腸のかんけい」

「そのうち良くなる」保証はない。

無料
対面/リモート



受講者の声 (30代 女性)

長女(中2)の学力が伸びず焦っていました。朝も起きられず睡眠に問題があると思っていましたが、根本原因は胃腸でした。2週間取り組んだら便通が良くなり、朝も少しずつ起きれています。最近では授業も理解できています。



日時

9月12日(土) 13:30-15:00
後半は質問にお答えします

場所

広島市中区八丁堀12-8
ルミナス八丁堀4F

こんな方におすすめ

- ・子どもの学力を上げたい
- ・子どもの競技力を上げたい
- ・体調不良を減らしたい
- ・昼夜逆転を改善したい
- ・子どもの将来が不安

内容

*ご希望に沿って内容が多少変わります

- ・朝起きられない原因は夜中のスマホだけじゃない
- ・新学期と月曜日に自死リスクが上がるワケ
- ・勉強時間だけ延ばしても賢くならない
- ・能力を上げるなら栄養は今の1.5倍必要
- ・貧血・鉄不足で勉強もメンタルも低下
- ・下痢・便秘の改善に一旦やめてみる食材

担当 | 保田厚子



上級睡眠健康指導士
分子栄養学アドバイザー

2013年より睡眠・メンタル相談の「社外保健室」を運営し、8000ケース以上のカウンセリングを実施。企業、教育現場、メディア等で年間100本以上の研修を行う。

お申し込み・お問合せ

LINEまたはメールにて、以下をご記入の上お申し込みください。

※3日以内に返信がない場合はメールが届いていない可能性があるため、恐れ入りますがお電話ください

- ① お名前 ② 受講方法 (対面・zoom) ③ ご質問 (事前にご質問があればお書きください)



お問合せ

株式会社 三十八花堂
広島市中区八丁堀12-8-4F

☎ 082-225-7554

✉ 38kado@bach-lab.com