

その場しのぎのエナドリを卒業。

「慢性疲労の原因と対策」

疲れが取れないのは、カラダの酸化・炎症かも

60分
対面/リモート



受講者の声 (20代 男性)

朝から疲れていて、エナドリが手放せませんでした。若くてもサビると言われ、思い当たる節しかなかったです。抗酸化生活を意識したら抜け毛も減ってびっくりです。



ちよ、早く消して...



料金(税込) 110,000円(税込) *交通費別途

こんな方におすすめ

- ・とにかく毎日ダルい
- ・エナドリが手放せない
- ・疲労が顔に出ている
- ・尿酸値が気になる

内容 データや実例を含めてお伝えします

- ・疲労は「痛み」「発熱」と並ぶ三大アラーム
- ・活性酸素は精神的ストレスで激増する
- ・6か月以上続いたら、迷わず医師に相談
- ・尿酸値は抗酸化力。低すぎと高すぎの対処法
- ・マラソンが体に悪いと言われる理由
- ・炎症を促す油、抑える油の違いとは
- ・若く見られたい！抗酸化食材ベスト30

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 | FAX.082-225-7559

| | | | |
|------|-------|--------|--|
| 氏名 | | 事業所名 | |
| お電話 | | E-Mail | |
| 希望日時 | 第1希望： | | |
| | 第2希望： | | |



上記からもお申し込みいただけます