

食欲の秋!

レオパレス21

2015年レオパレス21 特別イベント

# おいしく食べて健康に! 若返り長寿食和タリアンのススメ ～ 元気に生き生き過ごせるブレない食事選択力 ～

## 9月13日(日)

◎受付 / 13:00～

◎開始 / 13:30～15:00

参加無料

(事前予約制)

定員になり次第締め切らせて頂きます。どうぞお気軽にご参加下さい。

管理栄養士  
フードコーディネーター  
健康運動指導士

あ つ み ま ゆ み  
**渥美真由美氏**

プロフィール

・企業向け、地域向け健康プランのプランニング・セミナー講師を担当。  
・TV、雑誌、WEB等出演、出版や企業へのレシピ提供なども行う。  
「ジャーで楽しむ毎日のサラダ(洋泉社)」  
「ジャーとホーローで楽しむ簡単づくりおき(洋泉社)」等出版多数。  
長寿食と言われる和食と地中海料理の良いところを取り入れた究極の長寿食「和タリアン料理」をベースに提案する料理は、簡単、おいしく料理下手でも上手に見える、栄養もバランスよくとれる料理。  
公式HP <http://atsumin.com/>  
ブログ:[たべものでからだsmile^^] <http://ameblo.jp/atsuminn/>

## 早い・簡単・楽々 スマートヘルスチェック 無料体験会開催

※体験をご希望のお客様は事前にお申し込みます。

あなたの骨、大丈夫?



骨のセルフチェック  
Bone Wave

あなたの肌年齢は?



肌年齢測定器  
ウエルビューティー

会場 株式会社レオパレス21本社

東京都中野区本町2-54-11 TEL.03-5350-0001(代)

M 東京メトロ丸ノ内線

「中野坂上駅」



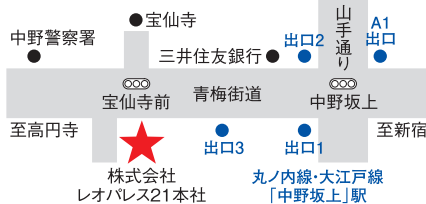
より徒歩約5分

E 都営地下鉄 大江戸線

「中野坂上駅」



より徒歩約5分



## ショールーム見学会開催

●最新のアパートのお部屋や設備はもちろん、最先端のテクノロジーによる耐震構造や遮音性能なども実際にご覧いただけます。

株式会社レオパレス21

宅地建物取引業者免許(国土交通大臣免許(10)第2846号)  
建築工事業許可/国土交通大臣許可(特-25)第11502号

本社/東京都中野区本町2-54-11 TEL.03-5350-0001(代)

ホームページ <http://www.leopalace21.jp>



0120-008421