



きれいな肌をつくるなら 赤いお肉を食べなさい

～出版記念講演会～

■日時

2017年5月28日(日)

13:00～14:30(開場12:30)

■会場

ホテル日航プリンセス京都5F フリージア

京都市下京区烏丸高辻東入高橋町630番地

TEL:075-342-2111

お申込み方法

- ① お電話にて
 - ② メールにて
 - ③ Facebookメッセージにて
- ～定員:30名～

著者

柴 亜伊子

あいこ皮フ科
クリニック院長

2015年、京都四条に「あいこ皮フ科クリニック」を開業。2017年3月に『きれいな肌をつくるなら赤いお肉を食べなさい』（青春出版）を上梓。美肌に大切なのは栄養、なかでも動物性タンパク質の重要性を解説し、鉄分やビタミンも多く含む赤いお肉を例に、栄養との大切さを提唱。

「あいこ皮フ科クリニック」
京都市下京区四条富小路西入
立売東町14
イシズミ本社ビル5階
TEL.075-231-9500
<http://aiko-hifuka-clinic.com/>

講師



大柳 珠美

管理栄養士
オーソモレキュラー.jp理事

東京都内のクリニックで糖尿病、肥満など生活習慣病を対象に糖質の過剰摂取を見直し、たんぱく質、必須脂肪酸、ビタミン、ミネラル不足を解消する食事指導を専門に行い、薬に頼り過ぎない治療をサポート。低糖質メニューの開発、講演会、雑誌、ブログ「管理栄養士のローカーボ・キッチン」などで、真の栄養学に基づいた、おいしく続けられる糖質制限食の情報を発信。

参加費：無料
資料&お土産付き



きれいな肌をつくるなら
赤いお肉を食べなさい

皮膚科医
が教える
最新栄養療法

あいこ皮フ科クリニック院長
柴 亜伊子 Aiko Shibata

肌の細胞を内側から整えて
ぜったい
負けない肌になる!

敏感肌、乾燥肌、大人ニキビ、シミ、たるみ…
いつになっても、あなたのお肌は生まれ変わります。
スキンケア以前にすべきこと

青春出版



2017年5月28日(日)
きれいな肌をつくるなら
赤いお肉を食べなさい
～出版記念講演会～

※定員となり次第、締め切りとさせていただきますのでお早めにお申込みください。

お申込方法
①

下記の電話番号にお電話いただき「5月28日出版記念講演会申込み」の旨とお名前、ご連絡先、お電話番号をお伝えください。

[あいこ皮膚科クリニック] TEL: 075-231-9500

お申込方法
②

メール、またはFacebookのメッセージにてお申込みください。

〈会場〉
ホテル日航プリンセス京都
5F フリージア
京都市下京区烏丸高辻東入
高橋町630番地
TEL.075-342-2111
<https://www.princess-kyoto.co.jp/>

