



あすけん栄養士キャラクター
未来（みぎ）さん
©asken inc.

知識がつくと、カラダが変わる
“一生モノ”の
食べ方アップデート
セミナー



日時

2026年 7月 9日 木

15:00~15:30



場所

オンライン

@Zoom



内容

食事の基本について+あすけんの使い方

食事がもたらすメリットやすぐに始められる食事改善の実践法ご紹介。セミナー後にすぐに取り入れられるので、ぜひ実践してみてくださいね♪

セミナー
お申し込みは
こちら→



希望者限定！

ちょっといい**習慣応援チャレンジ**

セミナーの内容を実践できるイベント開催中！
『あすけん』の使い方が1on1で学べる企画も実施予定！

お問い合わせ窓口：

あすけん運営事務局：grp_tokuho@asken.inc

azbilグループ健康保険組合：kenshin@azbil.com

セミナー参加申込URL：

<https://forms.gle/unN6K12gCWA5wK466>