



愛知県代協・豊川支部だより

一般社団法人 愛知県損害保険代理業協会

〒460-0008 名古屋市中区栄 1-13-4 みその大林ビル 6階C号

<http://www.aichidaikyo.or.jp/>

TEL : 052-203-8722 FAX : 052-203-8723

Eメール: info@aidaikyo.org

発行者 豊川支部長 能勢 貴之

編集者 広報委員 酒井 秀幸

7月担当幹事

(株) 同友保険サービス

神谷 泰孝

令和7年7月 一水会

開催日 : 令和7年7月 9日 (水曜日)

場 所 : 木曽路 豊川店

テーマ : 「考えて食べる健幸生活」

講 師 : 豊川市保健センター 成人保健係

管理栄養士 河本 実津代 様 保健師 伊奈 綾音 様

参加者 : 12名 (12店・欠席7店)

賛助会員 : 1名 SOMPO ひまわり生命保険 倉地 様

総参加者 : 13名

内容につきましては、朝食べないのは絶対ダメ。

1日3食で3色 ①炭水化物 (ご飯、パン、めん類)

②タンパク質 (肉、魚、卵、大豆製品など)

③ビタミン類 (新鮮な野菜など)

血糖値が上がると動脈硬化が進みます。(高血圧、糖尿病)

愛知県は全国の中で野菜の摂取量、男性はワーストワンです。

皆様お一人ひとり意識して頑張りましょう。



次回の予定

開催日 : 令和7年8月1日 (金) 18:30~

担 当 : 有限会社 愛東保険事務所 伊藤 様

※詳細につきましては、別途ご案内をさせていただきます。