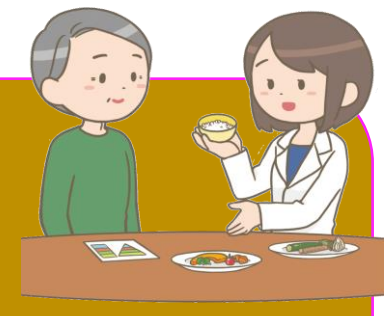
体内の「糖化度」チェック!!

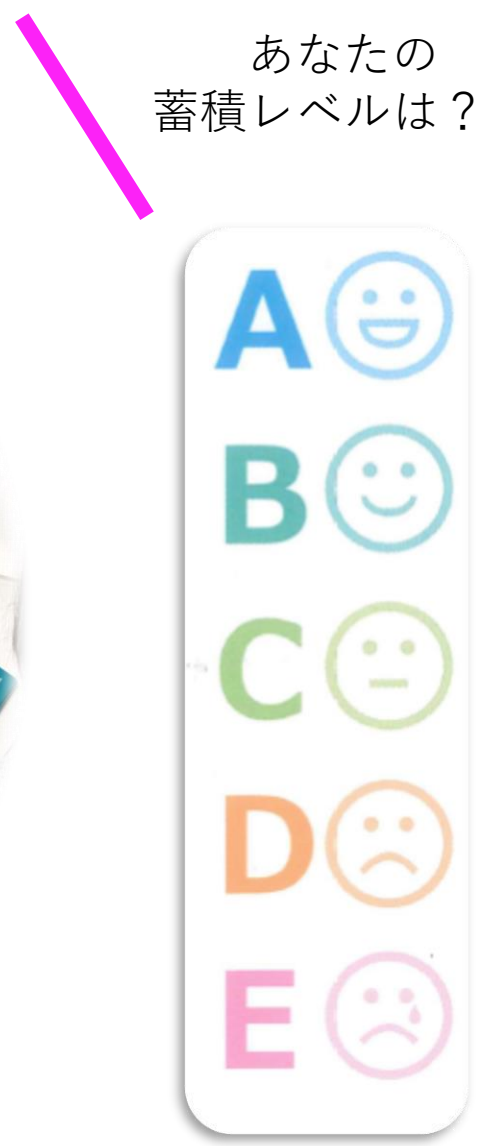


AGEs測定会＆食事アドバイス

日時：5月15日(木) 11:30～14:30

参加費：無料　会場：2Fロビー　最終受付14:10

AGEs測定



食事アドバイス

測定結果を元に、健康・食事について管理栄養士がアドバイスします！

AGEsとは？

食事などで摂取した「糖」と、人の身体を主に構成している「タンパク質（コラーゲン含む）」が結びつくことで、**体内に生成される老廃物**のひとつ。**老化現象や健康に関わる物質**として、注目されています。

体内の糖化が進むと？

体内の糖化が進むと、骨や血管の強さを保つ働きを阻害し、**動脈硬化**や**糖尿病合併症の原因**になったり、**骨粗鬆症**や**アルツハイマー病**にも影響を与えているという研究結果が出ています。

江戸川区スポーツセンター指定管理者　三菱電機ビルテクノサービスグループ　０３－３６７５－３８１１