



NPO 法人日本リスクマネージャー&コンサルタント協会 第115回東京オープンセミナー  
**健康リスクを考える、人生100年時代を元気で健康に生きる**  
**～食べながら痩せる白米ダイエットセミナー～**

◇ 講師：木村 悠

元世界ライトフライ級チャンピオン  
 株式会社 ReStart 代表取締役

◇ 日時：2022年6月28日（火）18:30-20:00

◇ 場所：東京都中央区銀座1丁目19-13 丸美屋ビル6F



**【講演内容】**

- ・仕事とボクシングの二刀流で世界チャンピオン
- ・世界王者になれたのは白米がポイント
- ・なぜ白米で痩せられるのか
- ・糖質制限のデメリット
- ・白米ダイエットの実践について

《講師プロフィール》木村 悠（きむら ゆう）

【略歴】商社に勤めながら二刀流で世界ライトフライ級チャンピオンになった異色のボクサー。NHKにて3度特集が組まれ商社マンボクサーとして注目を集める。2016年に現役引退を表明。引退後は、解説、Yahoo!ニュース個人やLINEニュースでの執筆、講演活動や社員研修、企業の顧問、コメンテーターなど多方面で自身の経験を活かし活動中。2019年からボクシングファンのコミュニティ「オンラインジム」を立ち上げ、会員数は約140名。2020年には「株式会社 ReStart」を設立し代表取締役に就任。現役・引退後のアスリートをサポートする活動を始める。

**セミナー参加費**

- マスター・CRO・シニア会員・・・無料
- 法人会員・・・無料
- 特定会員（FRM・BCM-RM・RREM リスク診断士・FP・保険）・・・2,000円（税込）
- 一般会員・・・2,500円（税込）
- 非会員・・・5,000円（税込）

☆ 参加費は、当日受付にてお支払いください。

☆ ご自身のSNSでの紹介は歓迎です。※セミナー終了後、懇親会があります。（実費負担）

☆ 当日会場での録音・ビデオ撮影はお断り致しております。

【後援】 創新ネットシティ

**FAX : 03-6700-0966**

※ご記入いただいたデータは、参加申込手続処理、オープンセミナーなど当協会関連の今後のセミナー・講座のご案内ならびにリスクマネジメント情報提供のために使用いたします。

お名前						紹介者	
会員種別	マスター	シニア	特定会員	一般会員	法人会員	非会員	
e-mail アドレス				連絡先 TEL & FAX	TEL :		
					FAX :		