

身体が喜ぶ 穀物菜食料理教室

美味しく作って、楽しく食べる!

旬の野菜を使った体と心に優しい料理を学びます。

食で身体と心の健康を作るの考えに基づいた、健康で体も心も美しくなる食事法と調理法のポイントをお教えします。



◆日時:平成 23 年 12 月 13 日(火)

10:30~14:30

◆場所:名古屋市東生涯学習センター 調理室

(名古屋市東区葵 1-3-21)

地下鉄 「新栄町」①出口より北へ徒歩約5分

◆定員:30名

※参加希望の方は、必ずお申し込み下さい。

◆参加費:2500円 (会員の方は2000円)

※キャンセル料2日前からは2000円お振り込みしていただきます。

◆持ち物:エプロン、筆記用具、手拭用タオル

◆講師:(株)玄米酵素 FBRA 学術研究員 (栄養担当) (財)食と健康財団評議員
管理栄養士

川越 牧子



■プロフィール

女子栄養大学卒業後、中学教諭を経験。その後、自然食・健康食の啓蒙と料理講師の活動をする。その間アメリカ・ロマリンド大学のアジア校大学院で学ぶ。

現在、(財)北海道食と健康財団評議員、(株)玄米酵素 FBRA 学術研究員(栄養担当)、管理栄養士。

【主催 玄米おむすびの会 ・ 共催 日本がんマネジメント協会】

【お問い合わせ・お申し込み】

TEL 0561-37-5080 FAX 0561-37-5090 (日本がんマネジメント協会 内)

メールアドレス genmusu@gmail.com