



子育て世代の 実は簡単！ひらめき脳食

「脳」をキーワードに食のハテナを探ってみよう。「食べることは生きること」お母さんが作る毎日の食事が家族の身体を作っています。「わかってはいるけど何を食べたらいいんだろう？」「何を選んだらいいんだろう？」私たちが本当に大切にしたい「食」がきっと見つかるはずです！

「食べる」を学ぶキッチン革命 ～私が変わると家族が変わる！～



日時

1月26日(金)
AM10:00～PM12:00
[受付] 9:30～
[ランチ&懇親会] 12:30～(予約制)

会場

久喜総合文化会館
(広域文化展示室)

参加費

前売り券1,000円 当日券1,200円 ※託児あり1人につき500円(予約制)

【講師紹介】

管理栄養士
石田 美枝

与野市教育委員会を経て、さいたま市で13年間学校給食を通して、子供と食の重要性、食環境の変化などの課題に取り組む。現在はoffice Nanalaの代表として「食育」をキーワードに栄養学、調理学、医療、経済、子育て、コミュニティ形成に多様な活動を進めている。専門学校で講師を務める他、特定保健指導、企業、自治体で講演活動を通じて「選食力の育成」と「大切な人を守るための栄養学」を提案。

「Rの法則」「林先生が驚く初耳学」などメディアにも多数出演！

お申込み
お問い合わせ

NPO法人 うりんこくらぶ

TEL 080-3085-2491 (平日:10:00～18:00 担当 片野)

URL <http://urinkoclub.wixsite.com/urinko>

MAIL urinkoclub@gmail.com

この事業は久喜市社会福祉協議会平成29年度地域歳末たすけ合い募金を活用しています。