

シェ いなば主催

玄米自然食ランチ付き食育講座

～ご自身の食生活、見直してみませんか？～

【日にち・時間】

日程によって、参加費・内容が異なります。ご注意ください。

	お話	お食事	参加費
2018年①9月19日(水)	11:00～12:00	12:00～	¥1,000
②10月24日(水)	11:00～12:00	12:00～	¥1,000

※お食事またはカフェがお済みになり次第の解散となります。

※ご希望の方には、終了後、個別のご相談も承っております。

※『シェ いなば』定休日に開催いたします

～講師紹介～

■こんなことをお話しします

- ・安心安全な食品の選び方
- ・美容、健康に発酵食
- ・食品添加物について
- ・おなかスツキリの食事法
- ・テトックス
- ・季節に合わせたお悩み解消法 等

①9月19日 講師

株式会社玄米酵素 課長 千葉 俊広

1972年宮城県生まれ。大学在学中、清涼飲料水やインスタント食品の摂りすぎによる高血糖、痔、睡眠時無呼吸症候群などに悩まされていたが、玄米酵素の入社をきっかけに食改善を実行し、健康を回復。自らの体験を活かし、年100回以上の講演を行っている。

②10月24日 講師

株式会社玄米酵素 地区担当 臼井 太平

茨城県結城市生まれ。1歳の時、川崎病を経験。完治したものの、病弱な幼少期を過ごす。2013年4月(株)玄米酵素入社をきっかけに、食改善を実践し、幼少期からの便秘、アレルギー、偏頭痛を改善。現在では、都内を中心に年間120回以上の食育講座の講師を務める。



※写真はランチイメージです

10月
は
特
別
サ
ン
プ
ル

健康講座参加者に 特別サンプルプレゼント!



※9月のプレゼントサンプルは、通常通り、
ハイ・ゲンキ スピルリナ 4袋、ビフィズス 2袋です。

お申し込み・お問い合わせ

シェいなば

TEL : 042-529-5921

〒190-0022 東京都立川市錦町 5-19-9

『WEB ページ』

<http://www.chez-inaba.com/event/>

