

シェ いなば主催

玄米自然食ランチ付き健康講座

ご自身の食生活、見直してみませんか？

【 日にち・時間・講師 】



お話

お食事

参加費

11:00～12:00

12:00～

¥1,500

2023 年

1/18 (水) 講師 株式会社玄米酵素 東京支社長 千葉 俊広 (ちば としひろ) 	2/22 (水) 講師 株式会社玄米酵素 主任 管理栄養士 藤井 香奈 (ふじい かな) 	3/15 (水) 講師 株式会社玄米酵素 木全 直人 (きまた なおと) 
4/12 (水) 講師 株式会社玄米酵素 主任 管理栄養士 藤井 香奈 (ふじい かな) 	5/24 (水) 講師 株式会社玄米酵素 東京支社長 千葉 俊広 (ちば としひろ) 	6/14 (水) 講師 株式会社玄米酵素 木全 直人 (きまた なおと) 

■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療法
- ・テトックス・季節に合わせたお悩み解消法 等

※お食事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

手軽にできる玄米食！
ハイ・ゲンキサンプル

参加者全員に
プレゼント！！



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

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

