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 】

2022 年	お話	お食事	参加費
5 月 25 日(水)	11:00～12:00	12:00～	¥1,000
6 月 22 日(水)	11:00～12:00	12:00～	¥1,000
7 月 13 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
・おなかスッキリの食事法　・デトックス　・季節に合わせたお悩み解消法　等

【講師】

5 月 25 日・7 月 13 日
株式会社玄米酵素 東京支社長 **千葉 俊広**(ちば としひろ)

6 月 22 日
株式会社玄米酵素 管理栄養士 **藤井 香奈**(ふじい かな)

※写真はランチのイメージです

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/