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 】

	お話	お食事	参加費
2018年 ①11月21日(水)	11:00～12:00	12:00～	¥1,000
②12月12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



株式会社玄米酵素 東京営業所
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



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/