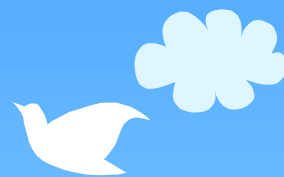




未来の健康いっしょに考えましょう!!



# 腸美人は 超美人



平成 31 年 2 月 6 日(水)

9:30~受付

9:40~講話・調理実習・試食  
ティータイム

14:30 終了

会場：岡山ふれあいセンター 2階 調理実習室  
岡山市中区桑野 715-2

メニュー  
十二穀ごはん  
おかやま黒豚の和風  
チリソース  
切り干し大根の  
サラダ添え  
生姜入りミルクかす汁  
クリームチーズと  
フルーツの酢の物  
にしきかん

腸内細菌のバランスが、  
腸内環境を整えるために大切です。

有用な腸内細菌を届ける「プロバイオティクス」から、最新の「シンバイオティクス」まで、腸内環境を整える食生活について学び、健康的な生活に役立てましょう。

参加費(材料代) 800 円

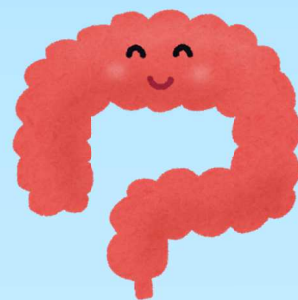
募集人数 30 名

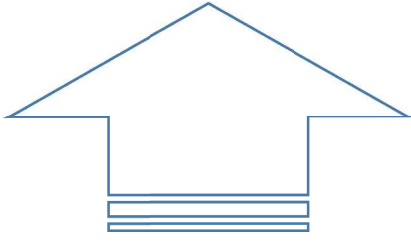
持参する物 エプロン・三角巾・手拭き

講師 山陽学園短期大学 食物栄養学科 准教授 槇尾 幸子

応募方法 裏面の「参加申込用紙」に必要事項を記入のうえ岡山県栄養士会事務局へ、ご郵送または FAX でお送り下さい。

申込締切 平成 31 年 1 月 22 日 (火)





# FAX 086-273-6667

(公社)岡山県栄養士会

申込締切:1月22日(火)

(公社)岡山県栄養士会 岡山市支部主催講座

未来の健康いっしょに考えましょう!!

## 「腸美人は超美人」

開催日:平成31年2月6日(水)

参加者氏名	年齢	電話番号 (日中つながる連絡先)

※定員に達した場合にのみ、ご連絡いたします。

※材料には、牛乳・乳製品、大豆、卵を 사용합니다。

【申し込み先】

公益社団法人  
岡山県栄養士会

〒703-8278  
岡山市中区古京町 1-1-17  
TEL (086)273-6610  
FAX (086)273-6667

【問い合わせ先】

岡山市支部 富岡 加代子  
遠藤 美智子

E-mail t-kayoko@kibi.ne.jp

E-mail 63tfuji63@gmail.com