

生活クラブ虹の街消費委員会主催 ビオサポ学習会

きちんと和食 「だし」セミナー

3月1日(水) 10:00~12:30

@生活クラブ虹の街センター松戸

3月8日(水) 10:10~12:30

@生活クラブ虹の街本部地域交流スペース“渚”



※裏面に会場案内あります

講師:生活クラブ連合会健康な食推進課
國井咲子氏(管理栄養士) 猪狩裕子氏

参加費:無料

託児:あり(要予約)※組合員でない方は1500円

家族には健康な暮らしを送ってほしい。でも、どんな食べものをどう食べたらいいいのか…そんな悩み、ありませんか?和食は体によさそうだけど、基本になる「だし」について、いまさら聞けない!ということもわかってしまいます。ビオサポを軸に、テーマを和食と「だし」にして、みんなで学びます。

参加された方には
生活クラブのパックだし
お試し用(8g)1つを
プレゼント!



~~内容(抜粋)~~

- ◆ ビオサポってなに?
- ◆ 栄養の話
- ◆ 献立と栄養バランス
- ◆ 食の安全性
- ◆ 新型栄養失調症
- ◆ 食べもの半分・食べ方半分~健康づくりを毎日の食卓から
- ◆ お米を食べなくなった日本人
- ◆ 炭水化物の食べ方
- ◆ 「おふくろの味はみな同じ?」~だしワークショップ

申し込みは、下記の申込用紙を配達時またはデポーフロアに提出・もしくはFax(043-279-7490) **※切 2/17(金)**

問い合わせ:生活クラブ虹の街 業務部(担当)柴山

Tel(043-278-7693)

キトリ

きちんと和食「だし」セミナー 参加申込書 (※切 2/17 業務部戻り)

参加の会場 (どちらも同じ内容です) () 3/1 センター松戸 () 3/8 本部地域交流スペース“渚”

お名前: _____ 組合員コード: _____ お住まいの市区町 _____

託児のお子さま: (才) _____ (才) _____

お友だち: _____ 組合員ですか?: はい / いいえ

お友だちの託児: (才) _____ (才) _____

アンケート:「だし」をとるのに何を使っていますか?

市販の顆粒だし () ・生活クラブの顆粒だし・パックだし・煮干し・混合削り節・みつし昆布

※いただいた個人情報は生活クラブの活動目的以外には使用しません

3月1日(水) 10:00～12:30

@生活クラブ虹の街センター松戸

松戸市松飛台 398-1

新京成線くぬぎ山駅より徒歩 10 分

3月8日(水) 10:10～12:30

@生活クラブ虹の街本部地域交流スペース“渚”

千葉市美浜区真砂 5-21-12

*駐車場はありません。公共の交通機関をご利用ください。

⇒①JR 総武線 新検見川駅下車 バス(3 番乗り場/検見川浜駅行き)

⇒②JR 京葉線 検見川浜駅下車 バス(1 番乗り場/新検見川駅行き)

①②ともバス乗車 5～10 分 「真砂 5 丁目 19 街区」下車 徒歩 3 分

⇒③京成線 検見川駅下車 徒歩 15 分

託児のご注意

※当日は、タオル、お茶、おやつなどを必ずご持参ください。

※当日体温が 37.5 度以上のお子さんはお預かりできません。予めご自宅で検温をお願いします。その他、お子さんに配慮が必要な場合は予めご連絡ください。

※組合員でない方の託児は 30 分あたり 250 円です。その場で生活クラブにご加入いただけた場合は無料になります。