



美健食 グッドサイクル



美健食グッドサイクル プロデュース クッキングセミナー

『美健食グッドサイクル』とは、ジャパンビューティーフーズ協会の外郭団体として管理栄養士が立ち上げた団体です。

コンセプトは『美健食でインナーから、グッドザイクル！』美と健康は毎日の食べたものから作られます。食べるものを見直し、体の中をまずリセット(デトックス)し、身体にとって望ましい循環(グッドサイクル)を取り戻すことで、内から美や健康を作ろうという考え方です

(監修:美健食コンシェルジュ・管理栄養士 網島可南子、島田淳子)

- * ミニ講座では、テーマに合った食材と1週間のレシピを紹介、説明します。
- * 調理実習では、元国際線客室乗務員であり、料理研究家の藤澤しおりさんに担当して頂きます。

6月以降は、テーマを変え、毎月第三日曜に開催する予定です。



美健食コンシェルジュ
管理栄養士

【日時】 平成28年5月8日(日)
14:00~16:30

【内容】 テーマ 美肌~肌の状態を良好に保つには~
 <<ミニ講座>>
 担当:美健食コンシェルジュ・管理栄養士 島田淳子
 <<クッキング>>
 担当講師:料理研究家 藤澤しおり

【場所】
 クレオ大阪東 2階 調理コーナー

【参加費】 3,000円(材料費、資料代込み) 当日徴収

【定員】 30名(先着順)



料理研究家 藤澤しおりさん

- 【申し込み方法】** どちらかの方法をお選びください。
- ①ジャパンビューティーフーズ協会のホームページより、必要事項を入力して送信してください。 <http://www5e.biglobe.ne.jp/~eff/kanri/>
 - ②セミナー担当の島田までメールをして下さい。 [judysmile@rainbow.biglobe.ne.jp](mailto:judy smile@rainbow.biglobe.ne.jp)
 - ③こくちーずやフェイスブックにも掲載しています。そこから、申し込むことができます。

申込者の氏名、連絡先の電話番号、メールアドレスの記入をお願いします。なお、個人情報、今回のセミナーに関する連絡以外には使用致しません。
 ご不明な点、問い合わせがあれば、上記のメールアドレスにご連絡ください。

FAX : 075-778-0496

美健食グッドサイクルクッキングセミナー 参加申込書

5月8日(日)開催のクッキングセミナー
テーマ 美肌～肌の状態を良好に保つには～

申込者の氏名	
住所	
連絡先 電話番号	
メールアドレス	
参加人数	人

今後の予定
6月19日(日) ストレスケア
7月17日(日) 女性ホルモンケア
8月21日(日) 夏バテ予防
9月18日(日) 太らないコツ



〒536-0014 大阪市城東区鴨野西2-1-21
TEL(06)6965-1200 FAX(06)6965-1500