

うれしい!  
楽しい!おいしい!

# 食育プログラム

10月27日[金]

13:00~

ただ食べるだけじゃもったいない!

**入場無料・事前予約受付中**

参加前と参加後で、あなたの食事が変わるかも!

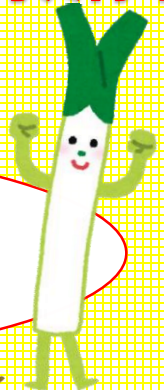
ワタシを支える大切な食についての学びが沢山です!

## 旬

旬のモノって実はこんなにスゴイのです!  
知ったら旬のモノを食べずにいられない!?



- ★1日3食
- ★バランスの良い食事
- ★良い生活習慣を身につける



## 楽

自然食材でできた簡単手作りクッキーを頂きます。  
手順も材料も簡単なのですぐ作れちゃいます♡

講師：《八重の会》



ミライてらす大和センター

神奈川県大和市中央2-3-19 ウエスト・ビルディング5階

電話 046-240-1967

フェイスブックやっています♪良かったら見に来て下さい。

「ミライてらす」で検索。もしくはQRコードで読み取りできます。

