

(社)日本鍼灸師会創立60周年記念

市民公開講座

入場
無料

※定員になり次第
入場を打ち切らせていただきます。

元気の源は日本型の食生活から

わすれていませんか？和食の文化・智恵・楽しさ・効果

講演

料理研究家

清水 信子 氏

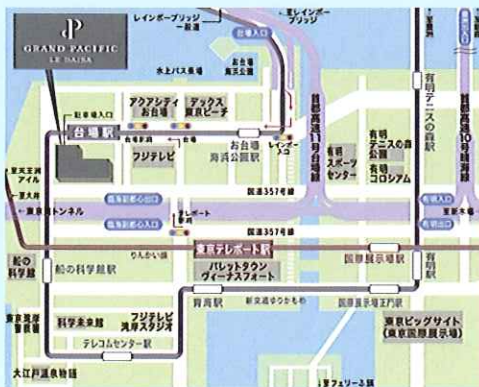
日本には四季があり、季節ごとに自然の恵みを受けた食材がたくさんあります。

昔から、その土地で取れる旬の食材は健康に良いといわれますが、戦後の国際化や栽培技術の進歩により私たちの食生活も様変わりを見せ、輸入食材やハウス栽培ものが食卓に多く並ぶようになりました。

今日は、四季の恵みから生まれた日本型食生活の素晴らしさをみなさんと一緒に考えたいと思います。

プロフィール

料理研究家。旬の素材を生かした懐石料理から家庭料理までを幅広く手がけ、日本の食文化である「和食」の伝統と智恵を活かし、若い世代のライフスタイルにあった食生活の創造と研究に熱い思いを注ぐ。「NHKきょうの料理」をはじめテレビ、ラジオ、雑誌、料理講習会で活躍中。『和食かんたんおけいこ帖』（NHK出版）など著書多数。東京都在住。



日時 **2010年5月16日(日)**
午前10時30分～11時40分(開場 10時00分)

会場 **ホテル グランパシフィック ル・ダイバ**
東京都港区台場2丁目6番1号
電話(03)5500-6701

アクセス 新橋駅から新交通ゆりかもめ(約15分)「台場」駅直結、
りんかい線「東京テレポート」駅下車徒歩約10分

主催



社団法人 **日本鍼灸師会**

お問合せ

社団法人日本鍼灸師会 事務局 電話 (03) 3985-6771

※予告なく開催日程・講演者等を変更する場合がありますので予めご了承ください。