

食育映画上映+講演会

1. 日程 令和5年2月4日(土) Aコース 13:00~16:45
Bコース 15:00~18:45

2. 場所 DIDI 交流館

3. 内容

コース	時間	内容
	13:00~14:45	食育映画【1回目】 「もったいないキッチン」吹き替え版
	14:45~15:00	入れ替え
Aコース 定員30名	Bコース 定員30名	15:00~16:45 食育講演会 「からだにやさしい よなぐに島やさい」 講師:徳元佳代子(野菜ソムリエ) 試食 与那国産野菜を使ったレシピ
		16:45~17:00 入れ替え
	17:00~18:45	食育映画【2回目】 「もったいないキッチン」字幕スーパー

※1回目、2回目の映画の内容は同じですが、1回目は吹き替え版、2回目は字幕スーパーとなっています。

4. 予約 ご予約が必要です。Aコース又はBコースを選択し、**長寿福祉課までご予約ください。87-3575**



■徳元佳代子 (とくもと・かよこ)

ベジフルマンマ代表。1957年生まれ。鹿児島県出身。愛知県立女子短期大学国文学科卒。

- 沖縄・九州エリア初の野菜ソムリエ上級プロ
 - 2013年第二回野菜ソムリエアワード初代日本一の金賞受賞
 - ブロッコリー、カリフラワーなどアブラナ科野菜の生産者
 - 沖縄スーパーフード協会理事
- その他数々の資格を取得し活躍中。

野菜や果物には、健康に必要な多くの栄養素が含まれています。わかってはいても、忙しい私たちはこれらをどのように生活に取り入れるか悩むところです。

野菜や果物の秘めたパワーについてお伝えし、どのように食べたら良いのかなど提案いたします。

