



野菜と発酵を、知識で終わらせず、**毎日の食事へ。**

働く大人のための、実践型食育プログラム

野菜・発酵・旬・日本の食文化を入口に、知識を毎日の実践へつなげます。

提供する3つの食育プログラム

01

企業・団体向け 食育セミナー

- ・忙しい人のための「毎日の食事の整え方」
- ・野菜と発酵を生かす、毎日の食事の組み立て方

02

体験型ワークショップ ・料理講習

- ・発酵調味料づくりと日常への活用
- ・野菜をおいしく食べる調理の基本
- ・旬の野菜を楽しむ季節の料理

03

食文化・国際交流 プログラム

- ・日本の発酵文化と四季の食
- ・野菜から学ぶ、日本の食文化
- ・英語での食文化プログラムにも対応

食育パーパス

自分の暮らしに合った食を「選び、つくり、続ける力」を育てます。

中島芙美枝 | 料理家・食育講師

料理教室・企業向け食育・法人コンサルを実施。
海外経験を生かした英語対応も可能。和食文化継承リーダー。著書2冊。