

伝統食シリーズ
みそは万能！



健康な身体は腸を整えることから

”みそ”で腸活

セミナー & 簡単料理

効能を知って美肌になろう！

みその歴史から 身体の中の役割まで語るよ～

10/24 (木) 10:00～11:45

場所：大井町駅前「きゅりあん」調理室

参加費：2,000円



講師：市原るり子

食育活動23年 食育教室・講演・
地域の居場所づくりに2万人以上参加