

食のおはなし会

“春夏秋冬 季節の食といのちと
エネルギーのお話”

春～肝臓・胆のう・デトックス～

レシピ紹介もいたします。試食もしてみましよう！

参加費2000円
定員5名
(予約制)

【日時】 ▶▶▶ 4月27日(土) 10:30~12:30

【会場】 ▶▶▶ かいぜん屋

講師 橋田真理子さん



看護師歴35年

看護師の経験と、自身や家族の実体験から、食と心、生き方の関わりを伝える活動をしている。

早くに両親を亡くし弟・妹を育てるため夜学に行きながら働く。

補助看護師として働きながら通学し看護師となり、精神科・内科・皮膚科・産婦人科・透析センターで様々な方をケア。赤ちゃんとお母さんのコミュニケーションツールとしてタッチケアの指導、とねりみな氏の重ね煮教室を開催し、食育と母乳育児の大切さを伝える。

柿木太郎マクロビオティックシェフに師事。62歳から食育の学びを深め、身土不二・一物全体を春夏秋冬でとらえ、この地に暮らす人に合った食と生き方の提案を行う。

自宅で月に数回、食と命のお話会を開催 (不定期)

家族の為に！自分の為に！身体を作っている「食」のことをゆっくり見つめてみませんか。そして、取り入れられることからすぐに実践してみましよう！そこには笑顔が待っています♪

筆記用具を必ずご持参ください！

【お申込み】

かいぜん屋

福岡県直方市上境1639-2

Tel/ 070-4198-6446 Mail/ kaizenya2018@gmail.com 完全予約制です