

報道関係各位

2013年4月

第3回 *Food & Health* 講座 開催

食べ方ひとつで身体と地球環境が変わる！

心と体と地球環境にやさしい 21 世紀の食事「穀菜果食」とは？

2013年4月19日（金）18:30～21:30

株式会社 Food Connection（代表取締役社長 橋本玲子）は、毎月、そのときどきの食と健康に関するテーマを専門家に分かりやすく解説していただく「*Food & Health* 講座」を開催しています。

毎回、1時間の講義と、現代人に不足しがちな穀物・野菜・果物を中心とした「穀菜果食」のディナープレートを試食していただき、健康作りに役立つ確かな情報をお届けしています。

4月19日に（金）に開催される第3回講座では、世界が直面している食糧不足や栄養失調と、動物性脂肪の摂りすぎによる肥満や生活習慣病の相反する問題を抱える現代社会において、自分や家族の健康はもちろんのこと、動植物や、社会、そして地球全体の健康を考えた食事のあり方について、文教大学 健康栄養学部 専任講師の岩井達先生に、分かりやすく解説していただきます。また、講座終了後には、岩井先生のご監修による野菜たっぷりのメニューもご試食いただきます。

《ディナープレート例》



記

主 催：株式会社 Food Connection

日 時：2013年4月19日（金） 18:30～21:30

会 場：新宿区西新宿 6-15-1 セントラルパークタワー・ラ・トゥール新宿 2321

テーマ：心と体と地球環境にやさしい 21 世紀の食事「穀菜果食」とは？

講 師：文教大学 健康栄養学部 専任講師 岩井 達（いわい さとる）調理師、栄養士、米国 RD

米国ロマリンダ大学栄養学科・管理栄養士コース卒業。1987～2011年まで東京衛生病院栄養科長。

費 用：入会金 3,000 円※、参加費 7,000 円（ディナープレート付き）

※会員特典：Facebook 内会員限定コミュニティーサイトの利用、メールマガジン配信、他

定 員：30 名

《(株)Food Connection 会社概要》

代表者 橋本 玲子（はしもと れいこ）

設立 2000年4月25日

事業内容 食と栄養に関するコンサルティング、講演、執筆 URL <http://food-connection.jp>

お問合わせ先

(株)Food Connection（担当：佐治） Tel/Fax:03-6304-5375 e-mail: info@food-connection.jp

〒160-0023 新宿区西新宿 6-15-1 セントラルパークタワー・ラ・トゥール新宿 2321