

知っとこ！食べとこ！ ひょうごの農と食

兵庫県では、お米をはじめさまざまな野菜やくだもの、お肉がつくられています。
そんな、兵庫県の農業のことをもっと知ってみませんか？
一流シェフがつくる地元の食材を使ったカレーも食べちゃってください。
きっと兵庫県のこと、もっと好きになりますよ。

日時

2018
11/19(月) 11:00~13:30

場所

神戸メリケンパークオリエンタルホテル

兵庫県神戸市中央区波止場町5-6

講演

第1部

「ごはん食で正しいダイエット
～お米のほんとの話知っていますか～」

第2部

県産農畜産物を使った
カレーのランチ会



お米を食べると太りやすいと思っ
ていませんか。
正しい知識でしっかり食べて健康な
カラダづくりをしましょう。

講師

管理栄養士・日本アンチエイジング
ダイエット協会 理事

伊達友美さん



ホテルの総料理長が考案し
たご家庭でアレンジできる
県産の農畜産物を使ったカ
レーをご提供します。
○香辛料煮る無水カレー
○野菜のうまみたっぷりの
スープカレー

司会

ターザン山下さん

クイズの告知

兵庫県の農業にまつわるクイズに答えて
プレゼントが当たる!!

参加費 500円 定員 100名

参加申し込みは
こちらから



<https://www.iqform.jp/jahyogoevent/sshitoko/sp/enquete/formtest/>

知っとこ! 食べとこ! ひょうごの農と食

プログラム

- 10:30 受付
- 11:00 第1部 講演会
「ごはん食で正しいダイエット
～お米のほんとの話知っていますか～」
- 12:15 第2部
カレーのランチ会
- 13:30 閉会



申込方法

参加申し込みは、オモテ面のQRコードまたはアドレスからアクセスし、必要事項を入力のうえ、お申込みください。

お申込み締め切り

11月9日(金)

(先着順、定員になり次第締め切り)

参加を受け付けた場合は、登録されたメールアドレスに参加可能な旨のメールを返信いたします。

お問い合わせ先

JA兵庫中央会協同組織部

TEL:078-333-5896

アクセス

神戸メリケンパークオリエンタルホテル

- JR「神戸」駅より、お車で約**5分**
- JR・阪急・阪神・地下鉄「三宮」駅より、お車で約**10分**
(ホテル無料シャトルバスあり)
- JR・阪神「元町」駅より、徒歩約**15分**
- 地下鉄海岸線「みなと元町」駅出口2番より、徒歩約**8分**

ホテル無料シャトルバスについての詳細はこちら

<http://www.kobe-orientalhotel.co.jp/access/bus.php>



講師プロフィール



管理栄養士・日本抗加齢医学会認定指導士・ペット栄養管理士・JADA認定サプリメントエキスパート・睡眠エキスパート・日本アンチエイジングダイエット協会／理事・日本アンチエイジング歯科学会／理事・日本工学院八王子専門学校スポーツカレッジ／講師

だて ゆみ
伊達 友美

1967年 静岡県浜松市生まれ。10代からダイエットとリバウンドを繰り返し、摂食障害に。30代後半から、そのすべてを克服。その後は、体重・体型を維持している。25kgのダイエットとニキビ肌改善をした体験から、「食べてやせるプラス栄養の食事法」を提唱。メハリボディと美肌、アンチエイジングを実現する食事カウンセリングをこれまで約6000人に行っている。現在も3つのクリニックで指導にあたっている。

【著書】『体質改善ダイエット』(監修)(マガジンハウス)、『図解23時から食べても太らない方法』(WAVE出版)、『大盛りごはんを食べてもやせる技術』(池田書店)、『お金が貯まるダイエット』(マガジンハウス)、『伊達式 若返る食べ方』(マイナビ) 他

【メディア】<TV出演>「あさイチ」「深イイ話」「得する人損する人」「ナナイアンサー」「PON!」「ビビット」「名医のTHE太鼓判」「ダイエット総選挙2017」「ゴゴスマ」「ピラミッドダービー」「林修の今でしょ!講座」「主治医が見つかる診療所」「ソレダメ!」「ニッポンのみかた」「○○式って効くの?」「バイキング」「ノンストップ」「めざましテレビ」 他

【雑誌】「クロワッサン」「ターザン」「anan」「ELLE」「オレンジページ」「Saita」「女性セブン」「マキア」「美ST」「日経ヘルス」「日経ウーマン」他多数