



美味しいアンチエイジング(第2回)

# グリーンフード料理教室 受講者募集!!

茅野商工会議所では観光振興を目的に、車山高原周辺において「アンチエイジングトレッキング」を展開しています。アンチエイジングトレッキングとは、老化防止や年相応の健康を維持する為のトレッキングです。森林や草原から発生している「フィトンチッド」と呼ばれるガスは、ストレス低減や余分な活性酸素の除去などのアンチエイジング効果があり、これらを活用したメニュー開発を行っています。

昨年秋には「体の中からもアンチエイジングしよう」という試みとして、「グリーンフードコンテスト」を開催しており、大勢の方からレシピを応募いただきました。今回コンテスト入賞者からの「もっとグリーンフードを広めたい」という想いから「グリーンフード料理教室」を開催いたします。講師はコンテスト最優秀賞受賞者にご指導いただきます。(場合により他入賞者も講師としてお招きします)

※食は老化の進行を左右します。食を用いる方法をアンチエイジングフードと呼んでおり、老化より広い健康という観点から「グリーンフード」とも呼びます。

- 講 師 グリーンフードコンテスト最優秀賞受賞者(市内飲食店店長)
- 開催日時 平成23年6月18日(土) 午前9:45~12:00 (9:30~受付開始)
- 場 所 茅野市公民館2階(茅野市文化センター)
- 料理内容 高原野菜・寒天を使用した「コンテスト入賞レシピ」及び「グリーンフード料理」
- 定 員 20名(先着順)
- お申込み 別紙申込書を FAX・郵送またはお電話にてお申込みください
- 参加費 1,000円(当日お支払ください)
- 応募締切 6月10日(金)
- 持 ち 物 エプロン、タッパー、筆記用具
- 主 催 茅野商工会議所

【お申し込み先】

茅野商工会議所

〒391-8521 長野県茅野市塚原 1-3-20

TEL.0266-72-2800 FAX.0266-72-9030

FAX : 0266-72-9030

6/18 グリーンフード料理教室 参加申込書

茅野商工会議所・グリーンフード料理教室担当 宛

(ふりがな)

氏 名

---

電話番号

---