いのちあるオーガニック食材を生かす

クッキングスクール

美味しい食生活を学び、ココロもカラダも美しくなる

**概要**

ナチュラルフードに興味を持ち、ヘルシーライフを提案していく一日入門コースです。

ナチュラルフードの基本「農業、玄米、旬の野菜」に関する知識を身につけ、よい食材を見分け、美味しく楽しい食生活のきっかけを作りましょう。

本講座はナチュラルフードに興味を持っている人にも適切なアドバイスができる人をめざします。

**講座内容**

1. 農薬・化学肥料
2. 自然農法・有機農法
3. 玄米や旬の野菜
4. 農業再生
5. 料理実習

***＜費用　5,000円＞***

**日程**

　5月28日（土）　11：00～14：00

**主催**

　ナチュラル・フード・スタジオ

**場所**

東京都港区南青山3-8-27　芝崎410ビル1階

（東京メトロ・表参道駅（A4出口）徒歩5分）

参加申し込み・問い合わせ先

E-mail: school@.nfst.jp