

良い仕事、やりたい仕事をするには、体が資本

野菜・果物を食べて よりカッコ良く！より美しく！

3月 野菜de健康教室 — 野外編 — のご案内

野菜と果物を取り入れて、毎日イキイキとしたオン&オフタイムを楽しんでみませんか？
野外編では、生産地を歩き、挽ぎたての野菜・果物を食べ、健康や食事のヒントもお伝えします。

朝摘みイチゴを食べて 冬の眠りから目覚めよう

2月に入って関東ではイチゴ狩りが盛んになってきています。露地イチゴの旬は5月・6月ですが、ハウスイチゴの最盛期は3月です。東京から電車で約25分の西船橋でイチゴ狩りを楽しんでみませんか？朝食べる果物は「金」です。10時から30分間、お腹いっぱい食べて体を目覚めさせましょう。

■日程：2014年3月22日(土) 9:30～12:00
JR、東西線 西船橋駅集合・解散

■行程：JR・東西線 西船橋駅改札出口9:30集合
～歩き～9:45 イチゴ園到着

10:00～10:30
イチゴ食べ放題



10:45 イチゴ園出発～歩き～
10:50 レストラン到着

11:00～11:45
紫外線対策とイチゴについて(講義)

11:45 ファミレス出発～歩き～
12:00 西船橋駅解散

■持ち物：筆記用具

■定員：7名
(定員になり次第締め切らせて頂きます。)

■講師：
キャリアカウンセラー&野菜ソムリエ
ベジフルビューティーアドバイザー
上西 智子



■参加料：¥3000
(資料・イチゴ狩り食べ放題・お茶代・税込)
* 当日お支払お願い致します。

■今後の予定
4/16(水)夜 玉ねぎ、4/19(土)午後 山菜
5/21(水)夜 トマト、5/25(日)野外(予定)
6/18(水)夜、6/28(土)午後

■お申込み
お問い合わせ先のメールから、もしくは
ホームページからお申込みお願いします。
<http://www.career-nihonbashi.com/application/index.html>

■キャンセルは予約の都合上、3月19日までにご連絡
お願いします。3月20日以降キャンセル料は3000円が
かかります。
・教室での商品等の勧誘・売込みはご遠慮願います。

■お申込み・お問い合わせ先
株式会社デイツ
info@datescorp.com