

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 健康美人になろう

今年は1月から「とちおとめ」が手ごろな価格で販売されており、春が近づいてきましたね。イチゴはビタミンCが豊富で、他にも体の内側から美しく成る要素が沢山あります。東京から電車で25分の西船橋でイチゴをお腹一杯食べ、挽ぎたての味を楽しみませんか？ご参加お待ちしております。

■日程：2015年3月21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
* 昨年是一年
100個は食べました。



10:45 イチゴ園出発～歩き～
10:55 ファミレス到着

11:00～11:45
イチゴの効能について(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：¥3100 (小学生 ¥2500)
(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
4/15(水)夜 山菜、4/26(日) 昼 ゴボウ
5/13(水)夜 アスパラガス 5/23(土) 昼野外
6/17(水) 夜 メロン

■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18日までにご連絡
お願いします。3月19日以降キャンセル料は3100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