

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！

## 8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。

### 挽ぎたてブドウを食べて 夏の疲労を回復させよう

ブドウは「畑のミルク」とヨーロッパでは呼ばれているほど栄養価が高く、今年の猛暑で疲れている体を回復させてくれます。フルーツシティーの千葉県鎌ヶ谷市の農園ではブドウの食べ放題を行っています。8月最終日は朝一番でブドウを思いっきり食べて、残暑と一緒に乗り切りましょう。

■ 日程: 2015年8月29日(土) 10:00~12:15  
新京成線くぬぎ山駅集合・解散  
(小雨決行、大雨の場合は9月5日延期)

■ 行程: 新京成線くぬぎ山改札 10:00集合  
徒歩3分の喫茶店へ

10:10~10:50  
残暑対策と  
ぶどうの効用  
について(講義)

徒歩1分ブドウ園へ

11:00~12:00  
ブドウ狩り食べ放題  
写真のスチューベンを食べる予定です。  
お土産は1Kg800円です。  
その他品種は直売所にて購入できます。

徒歩5分

くぬぎ山駅にて12:15解散

■ 持ち物: 筆記用具

■ 募集人数: 9名

■ 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: ¥2300円  
(資料・お茶代・食べ放題入園料・税込)  
\* ブドウのお土産代は各自負担願います。  
\* 当日お支払お願い致します。

■ 今後の予定  
9/9(水)夜 梨  
9/27(日)昼 豆腐と酒、10/14(水)夜 リンゴ  
10/25(日)昼 キノコ、11/11(水)夜 干シイタケ  
11/15(日)昼 柿狩り 12/9(水)夜 人参

■ 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願います。  
<http://www.career-nihonbashi.com/application/index.html>

■ キャンセルは予約の都合上、8月26日までにご連絡  
願います。8月27日以降キャンセル料は2300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](mailto:info@datescorp.com)

