

安心して食べたい！！～食品はどう選ぶ？～

おなかが空いた時、あなたは何を食べますか？
 ファーストフード店でハンバーガーとコーラ、コンビニでおにぎりやカップラーメン、お菓子と、私たちは忙しくても食べたい時にすぐ食べることができます。
 しかし、その食品は本当に安心して食べられるものなのでしょうか？
 買う側の私たちが正しい知識を持っていないと、危険な目にあうこともあります。

「食品を選ぶときにはどんなことに気をつけたらいいの？」 「食品って何？」
 そんな日頃の疑問をカフェでお茶をしながら学びませんか？

テーマと日時

テーマ	日時	定員
食品表示って何？ 食品表示ってどう見るの？疑問にお答えします	5/23 (月) 19:00～20:00	5名
健康食品ってどんな食品？ 巷にあふれている健康食品についてお話しします	6/6 (月) 19:00～20:00	5名
有機（オーガニック）食品って何？ 他の食品と何が違うのか、正しい知識を身につけます	6/20 (月) 19:00～20:00	5名
私たちが食べている物は 本当に安全なの？ 食の安全がどう守られているかを学びます	7/4 (月) 19:00～20:00	5名

参加費（コーヒー又は紅茶付） 2,000円

1回のみ参加もOK

全4回参加の方は7,000円に！！

講師

鬼頭 志保（キウ ユ） (有)ジェイ・スピリット 管理栄養士

場所

J'z café 東京都豊島区駒込 1-37-8 コーポ市川 2F

予約（定員になり次第終了）

電話又はメールで前日までにご予約ください。



管理栄養士養成の大学で助手として勤め、その後ジェイ・スピリットに入社。
 現在は流経大付属柏高校バスケット部や中央大学バスケット部、法政大学ラグビー部などで栄養サポートにも携わっています。
 NR 資格取得者

NRとは？

「健康食品」等に関する正確な情報・知識を有し、「NR」の名称を用いて、消費者に対して「健康食品」等に関する適切な情報を提供することを主な業務とする者として、独立行政法人国立健康・栄養研究所理事長が認定した者のこと

有限会社ジェイ・スピリット

〒170-0003

東京都豊島区駒込 1-35-2 駒込タウンブリーズ 201

TEL 03-5940-5508

FAX 03-5940-5509

E-mail yoyaku@j-spirit.biz

