

栄養コンシェルジュ®が伝授☆ 一生使える栄養学

11月



難易度
★★

栄養コンシェルジュが伝授☆一生使える栄養学
心と体がよるこぶ！
おいしいダイエットレシピ

～これまで流行ったダイエットの歴史からひもとく～

**自分や
家族に使える
一生ものの
ダイエット講座**

開催
スクール
ハグ
ミュージアム

講師 廣瀬 直樹氏
2ツ星栄養コンシェルジュ、管理栄養士
日本栄養コンシェルジュ協会 講師

視聴無料！
自宅からも参加OK
オンライン
セミナー
同時開催



※写真はイメージです

Menu / メニュー

1. 海のエキスいっぱい！シーフードトマトカレー
 2. 発芽玄米ごはん
 3. コロコロ野菜のはちみつレモン～アチャール風～
 4. 脂質1g以下！ゼリーとヨーグルトのヘルシーデザート
- ★うれしい受講修了証付き！（会場参加者のみ）

ダイエットにカレーはNG？

実は食品の種類や量に気をつけるとダイエット中でも食べられます♪
ダイエットに関する様々な情報があふれ、ダイエット方法があり過ぎて迷ってしまう！そんな方におすすめのレッスンです♪
栄養コンシェルジュ®協会の人気講師をお招きし、正しい栄養の知識を身に付けましょう。*全三回開催予定

学べるポイント

- ・もう迷わない！一生使えるダイエットについて学べます
- ・ダイエット期間中に取り入れたい食材の知識や食べ方について学べます

申込締切

10月17日（日）

抽選

お申込み多数の場合は抽選になります。
ご参加いただける方のみ、申込締切から1週間以内にご案内いたします。



1回完結



実習形態
1人



料理実演
あり



参加年齢
15歳以上



遅刻
15分まで

School・ Date / 開催場所・ 開催日時

ハグミュージアム

28

（日）

10:30

会場参加講習時間 160分(予定) /
オンライン参加講習時間 60分(予定)

Price / レッスン料金

<会場参加>

5,000円（税込・前納制）

<オンライン参加>

無料（初回限定・セミナーのみ）

※上記日時のおいずれかをお選びください。

※【写真撮影承諾のお願い】一般社団法人日本栄養コンシェルジュ協会、Original Nutrition株式会社および弊社のFacebook、ブログ、PR用印刷物などに掲載する予定です。講習風景やお客さまの写真を撮影し使用させていただく場合がございます。

ご了承頂いた方のみご参加いただけます。※メニューの内容は一部変更する場合がございます。

※規定の人数に満たない場合、やむを得ずレッスンを中止することがございます。

※食物アレルギーをお持ちの方は、ご自身の責任でご参加をお願いいたします。使用食材については、スクールにお問い合わせください。

※2テーブルにインストラクター1人の実習です。

▼WEBサイト



レッスンのお申し込みはWEBから！

大阪ガス クッキング

検索

<https://www.og-cookingschool.com/>