

外食とコンビニ食が 多くても 健康を手に入れる 食事法



株式会社 Smile meal 代表取締役
管理栄養士

・講師 ^{あつみ} 渥美 ^み まゆ美 氏

・日時 7月16日(水)
15:00~16:20

・会場 東京ドームホテル
「シンシア」文京区後楽1-3-61

・定員 60名
※定員オーバーの場合のみ
ご連絡いたします

聴講無料
一般の方も無料で
聴講できます

講師プロフィール

商品開発や出版、レシピ開発、
メディア出演など多岐に渡り活動。
2016年株式会社Smile meal設立。
食を通して人々の健康につながる
料理の提案や売れる商品作りのお
手伝い、健康セミナー講師や料理
講師等で企業の健康経営サポ
ートも手掛ける。手軽にできる時短料
理や作り置き等食材を無駄にしない
美味しい料理の提案も得意。
テレビ出演多数。

出版

「朝つめるだけ弁当188」(西東社)
「野菜たっぷりレシピ」
(池田書店) 他多数。



6月20日(金)までに
FAXまたはメールにて
お申し込みください

申し込み・問合せ先：公益社団法人 小石川法人会
TEL.03-3816-4184 FAX.03-3812-4558
メール info@koishikawa-houjinkai.or.jp

渥美まゆ美氏講演会 (7/16) 申込書

| | | | | |
|------|--|---------|---|-----|
| 法人名 | | 会員 | ・ | 非会員 |
| 所在地 | | TEL () | | — |
| | | FAX () | | — |
| 参加者名 | | | | |

※ご記入いただいた個人情報は、適切に管理するとともに、本セミナー開催の目的のみに使用いたします。