



(一社) 長野法人会女性部主催セミナー

聴講無料

日々の暮らしを豊かに ～郷土の食と文化とともに～

「一汁三菜」を基本とする日本人の食事のスタイルは理想的な栄養バランスとされています。その健康的な食生活を日々、実践されている郷土料理研究家の横山タカ子先生を講師にお迎えし、健康長寿な信州の郷土料理や日本の食の在り方、健康長寿への道が見つかるヒント満載の講演会です。

【講師プロフィール】

料理研究家 | 横山 タカ子 氏

長野県大町市生まれ。現在は長野市在住。長年にわたり信州の郷土料理や行事食の研究を重ね、食材の良さを生かした家庭料理にアレンジ。その料理は簡単でおいしく、体にいいものばかりと人気を博している。長野や東京で料理教室を開催するほか、全国で「食と健康」をテーマに講演を行い、NHK「きょうの料理」講師としても活躍。著書に「四季に寄り添い暮らしかさねて」(信濃毎日新聞社)、「横山タカ子のお漬けもの」(主婦と生活社)、「私の梅仕事」(扶桑社)ほか多数。



日時 令和6年3月5日 火
14:00 ~ 15:30 (13:30 ~ 受付開始)

会場 ホテル国際21 2階「弥生」

対象 長野法人会会員企業の方 (男女問わず)
定員 先着 50名 (定員になり次第、締め切ります)



WEBからの
お申込みはこちら

女性部主催セミナー参加申込書 ※2月29日(木) 締切

参加者氏名・企業名・連絡先を
ご記入の上お申込み下さい

参加者氏名	企業名 (携帯電話番号)	申込区分
	(0 0 - -)	・ 法人会会員 ・ 女性部員
	(0 0 - -)	・ 法人会会員 ・ 女性部員
	(0 0 - -)	・ 法人会会員 ・ 女性部員

上記、申込書にご記入の上、2月29日(木)までに事務局へFAX・メールまたは上記QRコードからお申込み願います。

お申込み・お問い合わせ先

一般社団法人長野法人会

TEL: 026-227-0011 FAX: 026-224-2655

e-mail: info@naganohoujinkai.or.jp