

参加費  
無料

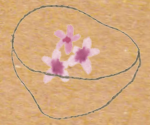
地域社会振興財団 現地研修会

# いのちがよるこぶ

## “食べる”のハナシ



- 食べるを大事にしたい方
- 子育てに関わる方
- 心も体も元気でいたい方
- ゼロ・ウェイストな暮らしをしたい方
- 今日は小山のおかあさんのお話に舌鼓



こやま  
やさい  
食堂

講師 **こやま つきえ**  
**小山 津希枝氏**

自然食料理人 野菜食堂こやま主宰  
—— 岡山の野菜創作料理 野菜食堂こやま ——  
著書『幸せつなぐ毎日の食卓 野菜食堂こやま』  
(吉備人出版 2010)

夫の大病を克服するために穀物菜食を中心とした食養料理に開眼。食べ物を変えると人生が変わることを実感し、自然食を単なる健康志向ではなく、幸せと感謝の生き方へと昇華させる。現在、予約の絶えない料理店「野菜食堂こやま」を経営する傍ら、「食は幸せの原点」「食卓から子どもたちに愛情を伝える」を信条に、全国各地にて講演、料理教室（年間100回超）を精力的に行っている。

講演の間、未就学  
児のお子さまをお  
預かりいたします。  
申込時にお伝えく  
ださい。

10/26 土曜

場所: 高鋒公民館  
上勝町大字正木字中津 66 番地



第1部

子育て世代・子育て支援に関わる方対象  
10時～12時〔受付開始：9時30分〕

第2部

健康や食育、ゼロ・ウェイストに関心のある方対象  
13時～16時〔受付開始：12時30分〕

申込み先

上勝町役場 住民課 保健師  
☎ (0885) 46-0111  
IP (050) 3438-8071

申込み締切 10月16日(水)

こくち一ずからも  
お申込みできます!



こくち一ず  
QRコード



主催 上勝町

共催 (公財) 地域社会振興財団

後援 自治医科大学