



乳和食サイトにて
乳和食レシピ動画を配信中!

Jミルク 乳和食

日本の
ひなた
宮崎県

ミルクを使って、
おいしく減塩!

New Washoku -ミルクの和食革命-

乳和食

乳和食のすすめ! セミナー

講演会

2019.03.02(土)

時間 10:30~14:00 (受付/10:00~10:30)

場所 宮交シティ 紫陽花ホール

参加
無料

先着200名



テーマは
「牛乳」

らくのら川柳コンテスト開催!

あなたの「牛乳」にまつわるエピソードや思い出を川柳に込めて応募ください!
詳しくは裏面をチェック!

テレビ宮崎商事

検索



町田 修一氏

第1部 10:30~12:00

「筋力アップで健康長寿」
運動の効果を引き出す牛乳の魅力

いつまでも健やかに動ける体であるために、普段の生活で取り入れられる運動とその効果を高める栄養、特に牛乳の効果について紹介します。

順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科・先任准教授、博士(医学)
東京学芸大学教育学部卒業後、東京学芸大学大学院教育学研究科を経て、東京女子医科大学で医学博士号を取得。ミズーリ大学コロンビア校博士研究員などを
経て、東海大学体育学部生涯スポーツ学科・准教授を歴任し、2013年より現職。

第2部 12:15~14:00

やさしい・おいしい はじめよう乳和食

人生100年時代を健康で生き抜く食事とは・・・

ただ食塩を減らした味気ない減塩食ではなく、満足できる
美味しい減塩食を目指して、乳和食を実践しましょう!

料理家/管理栄養士/フードビジネスコーディネーター
料理教室の講師やコーディネーター、メニュー開発、栄養コラム執筆、NHKを
はじめ健康番組出演等幅広く活動。乳和食の開発者でもある。
平成27年 日本高血圧協会理事に就任。



小山 浩子氏

来場者プレゼント

参加者には
「乳和食弁当」
+
「乳和食レシピ本」
(小山先生著)
を全員にプレゼント!

お申し込み・お問い合わせ

申込期間

1月1日(火)~1月31日(木)

参加をご希望の方は下記内容をインターネット・ファックス・電話のいずれかでお申し込みください。

①代表者氏名 ②電話番号 ③郵便番号 ④住所 ⑤参加希望人数 ⑥同伴者氏名

テレビ宮崎商事株式会社(乳和食講演会事務局)

TEL 0985-27-8980 FAX 0985-27-8994

※電話の場合は、土日・祝日を除く午前9時から午後6時までとさせていただきます。(電話受付は1月7日より開始)

テレビ宮崎商事

http://www.umk-s.co.jp

検索

※お申込みいただいた個人情報は、本催事の目的以外には使用しません。 ※1月1日以前の受付はいたしません。
※受付後、入場整理券を郵送いたします。 ※定員になり次第締め切らせていただきます。
※未就学児の講演会参加はご遠慮ください。 ※18歳未満の方は、1名につき保護者1名の同伴が必要です。



FAX: 0985-27-8994

乳和食講演会事務局（テレビ宮崎商事内）

FAXで参加ご希望の方は、必要事項をご記入のうえ、この参加申し込み用紙を上記番号へお送りください。

参加申し込み FAX送信表

フリガナ		申し込み人数	名
代表者氏名	(歳)	電話番号	() -
住所	〒 - 市郡		
フリガナ		フリガナ	
同伴者氏名	(歳)	同伴者氏名	(歳)
フリガナ		フリガナ	
同伴者氏名	(歳)	同伴者氏名	(歳)

■申し込み方法：インターネット・FAX・電話にて受付いたします。

■申し込み締切日：2019年1月31日(木)

テレビ宮崎商事

検索

※入場整理券の発送をもって受付完了とさせていただきます。入場整理券は先着順に発送し、定員になり次第締め切らせていただきます。(最終発送予定日は2月14日)
 ※応募いただいた方の個人情報は、本イベントの応募受付及び当選者の連絡のみに利用させていただきます。左記目的以外に個人情報を利用いたしません。
 ※講演会中の途中入退場はご遠慮くださいますようお願いいたします。 ※第2部からの入場はできません。予めご承知ください。

らくのう川柳コンテスト開催!

あなたは牛乳に対してどんな想いを持っていますか? あなたの「牛乳」にまつわるエピソードや思い出を川柳に込めてご応募ください♪

- ◆応募方法◆ 応募フォーム、または、下記内容をご記入の上 FAX または郵送でご応募ください。 ※ご郵送いただく場合も、全ての記入項目をご記入ください。
- ◆発表◆ 入賞作品は乳和食講演会の会場に掲示いたします。入賞者には2月末日までに発送をもって入賞のご連絡とさせていただきます。
- ◆入賞賞品◆ 乳製品セット(10名様)

応募フォーム

FAX 0985-27-8994

郵送 〒880-0032 宮崎市霧島4丁目129番地1 テレビ宮崎商事内 らくのう川柳コンテスト事務局

テレビ宮崎商事

検索



※ご応募いただいた川柳は広報活動で使用させていただく場合があります。あらかじめご了承ください。
 ※お申し込みいただいた個人情報は、本コンテストの応募受付及び入賞者の連絡のみに利用させていただきます。



川柳(五・七・五)記入欄	
(川柳)	
(川柳)	
(川柳)	
フリガナ	電話番号
氏名	() -
住所	〒 - 市郡
	宮崎県 市郡

※ご応募はお1人3句までとさせていただきます。(1句のみでも可) ※未発表、自作の作品に限ります。