

令和8年度

玉城町食の講座

いのちをつなぐごはんの力

令和8年6月14日(日) 10:00開演(9:30開場)
玉城町保健福祉会館 ふれあいホール

玉城町産食材を使った
美味しい
試食付き

対象 玉城町にお住まいの方

定員 100名

参加費 無料

「いのち」は、親から子へ、子から孫へと受け継がれる大切なバトン。
毎日の食事にほんの少し工夫を加えるだけで、ひとりひとりのいのちは健やかに輝き、世代を超えてつながっていきます。
一汁一菜という、シンプルで美味しい食の知恵から、無理なく続く元気な身体づくりのヒントをお届けします。



講演① 10:00~11:00

玉城から広がる食健幸の輪

講師 高橋 路子氏

医師・医学博士

神戸大学医学部附属病院糖尿病内分泌内科/栄養管理部部長

講演② 11:10~11:40

食べ方が変わると、社会が変わる ～忙しい人ほど整う がんばらない食生活の整え方～

講師 金村 真友子氏

管理栄養士

一般社団法人とくしまCSA風土 代表理事



講演後

実際に金村先生考案メニュー、
心と体を整えるお食事をお楽しみいただきます。

当日、玉城町の農家さんによる農産物の販売を予定しています



参加申し込み

WEBでお申し込みください。

<https://logoform.jp/form/FAU7/1525953>

【5月11日(月)9:00 申込開始】※定員になり次第締め切ります。

お問い合わせ・お申込み先

玉城町役場 保健福祉課 地域共生室 TEL 0596-58-7373

QRコードから



主催 玉城町役場 保健福祉課 地域共生室
共催 玉城町役場 産業振興課