

【東京】 WholeFood 応用コース 9 月土曜クラス

第 1 回 2017 年 9 月 9 日 (土)

(ガイダンス /9 : 50-10 : 00 クッキング /10 : 00-12 : 30 講義 /13 : 00-15 : 00)

クッキング 1 : 「ベジブロスを使いこなそう」 講師 : 一畑田朋子

講義 1 : ナチュラルクリーニング 講師 : 佐光紀子

第 2 回 2017 年 10 月 7 日 (土)

(クッキング /10 : 00-12 : 30 講義 /13 : 00-15 : 00)

クッキング 2 : 「低温スチーミングと旨塩麴」 講師 : タカコナカムラ

講義 2 : 有機野菜と有機認証、遺伝子組み換えについて 講師 : 丸山豊

第 3 回 2017 年 11 月 4 日 (土)

(クッキング /10 : 00-12 : 30 講義 /13 : 00-15 : 00)

クッキング 3 : 「乾物の使い方」 講師 : 一畑田朋子

講義 3 : 講義経皮毒「家庭内農薬」 講師 : 山下玲夜

第 4 回 2017 年 12 月 9 日 (土)

(クッキング /10 : 00-12 : 30 講義 /13 : 00-15 : 00)

クッキング 4 : 「フードクリニック」 講師 : タカコナカムラ

講義 4 : セルフケア実践法 講師 : おのさなえ

第 5 回 2018 年 1 月 13 日 (土)

(クッキング /10 : 00-12 : 30 講義 /13 : 00-15 : 00)

クッキング 5 : 「ホールフードなおもてなし料理」 講師 : タカコナカムラ

講義 5 : 身近な環境問題と私たちの健康 講師 : 天笠啓祐

* 講義スケジュール、講師、内容は変更となる場合があります。

* 最終日講座後『WholeFood シニアマスター認定試験』あります。
(希望者のみ)