



サニーマート 食育で健康づくり

# あその食育学校☆食育講座

野菜を1日350g摂ろう!!

## 第4回 食育セミナー

### 超～簡単！フルーツビネガーを作ってみましょう～

お酢が身体に良いことは誰でも知っていることでしょう！

でも、お酢にはどのような効果があるのか？ どのようなお酢が良いのか？  
今回も、市野先生が皆さんの知りたいことやギモンにお答えしていきます。

ワークショップでは簡単に作れる「フルーツビネガー」を紹介します。  
ちょっとしたコツやワケを知ることで、**ホンモノづくり**ができます。



- 日程 7月6日(木) 午後 3:00～4:00
- 場所 サニーマートあその店 イートインコーナー
- 定員 12名(先着により)
- 参加対象 大人の方(狭いので、お子様連れは極力ご遠慮ください)
- 材料費 500円 (作ったフルーツビネガーはお持ち帰り)
- お申込み サニーマートあその店フレンドリーカウンターまで  
0120-953-645
- 講師 デザイナーフーズ(株) 市野真理子さん  
食品企業へのコンサルティング・各種メディアで活躍されています
- お問い合わせ あその食育学校担当 森田・久家副店長