

タカコ ナカムラ講演会

ホールフード

でいこう!

5月18日(月)

午後2時~4時(午後1時半開場)

浦和コミュニティセンター 第13集会室

(JR「浦和」駅東口パルコ10F)

前売り券 1000円(当日券 1500円)



「発酵食」や「ベジブロス(野菜出汁)」「塩麴」「50℃洗い」「低温スチーミング」などはタカコ ナカムラが長年追求してきたホールフードスピリッツから生まれたもの。「わたくしがきれいになる、健康になるって食べることだけじゃなく、食べ物を生み出す土や川や海や、地球という環境がきれいになること!」そんなタカコ ナカムラさんの生き方をまじえたお話をじっくり伺います。

Whole Food

タカコ ナカムラ プロフィール…

食と暮らしと環境をまるごと学ぶ「タカコ・ナカムラ WholeFood スクール」主宰。一般社団法人ホールフード協会 代表理事。



『奇跡の野菜だし ベジブロス』(パンローリング)、『都市型保存食』(実業之日本社)、『塩麴と甘酒の美味しいレシピ』(農文協)、『低温スチーミング入門』(自然食通信社)ほか話題の著書多数。

お問い合わせ・お申込みは

NPO 法人 大人の学校

電話/ファックス 048-866-9466

メール otonano-gakkou@cure.ocn.ne.jp