

「夏に向けて健康な体を作る食事のポイント」 ワークショップのご案内

これから本格的な夏に向けてアメリカの食材を使い夏バテに負けない食事作りのポイントを学んでみませんか？

今回は、日本で管理栄養士として栄養指導の経験をお持ちの有村先生をお招きして、夏の食事作りのポイントと、料理のデモンストレーションをして頂きます。



ゲストスピーカー： 有村 真惟子先生 管理栄養士(日本)

- ・県立長崎シーボルト大学 看護栄養学部・
栄養健康学科卒業
- ・2020年からノースカロライナ州ローリーに在住
健康志向料理の紹介や食事カウンセリング実施

開催日時： 2023年6月27日(火) 2:00 pm- 3:30 pm

場所： NC 日本センター (705 Barbour Dr., Raleigh, NC 27603)

参加料：無料

参加申込みの方は [こちらから](#) 又はQRコードからお願いいたします。

(参加人数に制限がありますので、お早めにお申込み下さい)



お問い合わせ：NC日本センター長曾我部までご連絡下さい。

Email: reiko.chosokabe@ncsu.edu



~Community Professional Workshop Series 13~

Tips for Healthy Summer Eating

When preparing for the summer, it is important to know how to eat to get fit and keep healthy.

In this seminar, Ms. Arimura, a nutrition expert, will discuss essential tips and demonstrate food preparation with American groceries and ingredients.



Guest Speaker: Maiko Arimura

Registered Dietician (Japan)

- She worked for a clinic specializing in diabetes as a dietitian and gave nutrition counseling and meal plans for people who have chronic diseases in Japan.
- She moved to Raleigh in 2020, and has been offering online nutrition counseling and meal plan suggestions.

Date and Time: Tuesday, June 27 2:00 pm - 3:30 pm

Place: NC Japan Center (Spring Hill House)
705 Barbour Dr., Raleigh, NC 27603

Fee: Free

For registration, please click [here](#) or use the QR cord



*The workshop will be closed when the maximum number of participants is reached .

Contact: Reiko Chosokabe (reiko.chosokabe@ncsu.edu)

【Sponsor】North Carolina Japan Center

