

(R3 年 5月17日) ワークショップ/セミナー( 玄米を知る )

感想 及び メッセージをお願いいたします。

玄米はセミナーの中で一番興味があったので楽しみにしていました。期待をうらぎらない内容でとても勉強になりました。

(R3 年 5月17日) ワークショップ/セミナー( 雑穀を知る )

感想 及び メッセージをお願いいたします。

雑穀の知識を学び オリジナルブレンドの雑穀を作ってみたくなりました。

( 年 5月 17日) ワークショップ/セミナー( 玄米を知る )

感想 及び メッセージをお願いいたします。

玄米を食べる事で子供の訴えている症状が緩和するんじゃないか?と気づいたので玄米をたくさん食べたいと思います!!

( 年 5月 17日) ワークショップ/セミナー( 雑穀を知る )

感想 及び メッセージをお願いいたします。

雑穀の栄養価にびっくりでした。  
玄米+雑穀+味噌汁で完璧ですね。

( 3 年 5月 17日) ワークショップ/セミナー( 雑穀を知る )

感想 及び メッセージをお願いいたします。

夏に向けて、取りたい雑穀が分かってきました。  
くわしく知れて良かったです。

(2021 年 5月 17日) ワークショップ/セミナー( 雑穀を知る )

感想 及び メッセージをお願いいたします。

すっごくおもしろくて調べて勉強になりました!!

( 3 年 5 月 17 日 ) ワークショップ/セミナー( 玄米を知る )

感想 及び メッセージをお願いいたします。

玄米のバリエーションを知りました。  
これからもっと玄米を取り入れていきます。

2020年11月分  
に続きます

(2020年11月19日) ワークショップ/セミナー( 1ヶ月入塾 )

玄米を知り、雑穀を知り

感想 及び メッセージをお願いいたします。

玄米と雑穀の最強説を聞けました!!

食べる、飲む、心のろっかいかは大事か、

ろっかのバランスを整えるのはむずかしいですが、

意識して、家族にも伝えていきたいと思いました。

昔の節〜現代の話まで聞いて糧におもいかつてです。

(2020年11月16日) ワークショップ/セミナー( 玄米を知り、雑穀を知り )

感想 及び メッセージをお願いいたします。

健康や冠動脈、栄養 どの話もとても興味深いです。

すべてつたはかっていることが理解できよう。

家族にも聞いてもらいた〜といつも思っています。

(2020年11月16日) ワークショップ/セミナー( 1ヶ月入塾② )

玄米を知り、雑穀を知り

感想 及び メッセージをお願いいたします。

やっぱり食べることはとても大切なことだと思いました。

今までの自分の食生活を振り返って見て、今の自分の身体も今まで食べて

きたもので作られていると思うや、むと食事のことも考え、自分を大切に

しようと思いました。

(2020年11月16日) ワークショップ/セミナー( 玄米を知り、雑穀を知り )

感想 及び メッセージをお願いいたします。

玄米、雑穀が体にいい事がすごくわかりました。

パパは 糖尿のケがあるし

娘は、便秘で食物せんいを気にしてるし

私は がんが再発しない、美肌、更年期、ダイエット

息子は 1本を大きくしたいし 色々気にしてる

家族全員にいいと思いました。

(2020年 11月 16日) ワークショップ/セミナー(玄米を知り、雑穀を知り)

感想 及び メッセージをお願いいたします。

今日もとても楽しい教室でした!  
あらためて玄米と雑穀の凄さと実感して  
一汁一菜の素晴らしさを続けることが  
何よりも大切だと思いました。

(2020年 11月 14日) ワークショップ/セミナー(雑穀を知る)

感想 及び メッセージをお願いいたします。 玄米を知り

雑穀とは何かを、全くわからなかったもので、その種類や  
栄養分などを知って、おもしろかったです。

おしまい