

# <たのしいランチ>

2025年度

## ◆日程、講座テーマ

### <なるほど講座>

2025年 10月 7日(火)	いつも元気に「アンチエイジング」
11月18日(火)	100歳まで自分の足で「骨」
12月 9日(火)	心身の健康に「脳腸相関」
2026年 1月20日(火)	血圧だけじゃなかった「塩と肥満」
2月17日(火)	日頃から意識を「防災食」

## ◆時間

10:30~13:00 (10時開場)

## ◆場所

女子栄養大学栄養クリニック

## ◆内容

10:30~	なるほど講座 (講師 蒲池桂子)
12:00~	たのしいランチ (料理監修・調理：料理研究家 今泉久美) 野菜たっぷり、バランスのとれた献立です！
13:00	解散

## ◆参加費

10,000円(税込)/回  
お申込み確定後、お振込口座をご案内します

## \*オプション

栄養相談 30分 3,000円(税込)  
講座当日のお食事後13時以降でご予約いただけます

1回だけのご予約も承ります！

完全予約制!!  
お申し込みは  
開催日2週間前まで



23年度メニュー例

<お問合せ・お申込み>

お申込みは8/18から

ホームページは  
こちらから⇒

女子栄養大学 栄養クリニック

〒170-8481 東京都豊島区駒込3-24-3

E-mail: [clinic@eiyo.ac.jp](mailto:clinic@eiyo.ac.jp) TEL:03-3918-6181



# <たのしいランチ>

2025年度



## ◆日程

2025年 10月 7日(火)

11月18日(火)

12月 9日(火)

2026年 1月20日(火)

2月17日(火)

## ◆時間

10:30~13:00 (10時開場)

## ◆場所

女子栄養大学栄養クリニック

## ◆内容

10:30~ なるほど講座  
(講師 蒲池桂子)

12:00~ たのしいランチ

(料理監修・調理：料理研究家 今泉久美)

野菜たっぷり、バランスのとれた献立です！

1回だけのご予約  
も承ります！

完全予約制!!  
お申し込みは  
開催日2週間前まで

## ◆参加費

10,000円(税込)/回

お申込み確定後、お振込口座をご案内します

## \*オプション

栄養相談 30分 3,000円(税込)

講座当日のお食事後13時以降でご予約いただけます



23年度メニュー例

## <お問合せ・お申込み>

女子栄養大学 栄養クリニック

〒170-8481 東京都豊島区駒込3-24-3

E-mail:[clinic@eiyo.ac.jp](mailto:clinic@eiyo.ac.jp) TEL:03-3918-6181

ホームページは  
こちらから⇒

