

認知症に強い脳をつくる ランチヨンセミナー

最近の研究から、生活習慣が認知症の発症に影響を与えているということがわかってきました。そこで、認知症予防に効果的な食材をふんだんに使ったランチを食べながら、脳に良いライフスタイルについて学べるランチヨンセミナーを企画いたしました。おしゃれなイタリアン・レストランでおいしい食事に舌鼓を打ちながら、魅力的なシェフや認知症予防の専門家から、認知症に強い脳をつくるための極意が学べます。

第1回 2月3日(水)

テーマ「認知症に強いライフスタイル;食事編」

講師;可野倫子氏(管理栄養士)

第2回 3月10日(水)

テーマ「認知症に強いライフスタイル;運動編」

講師;矢富直美氏(東京都老人総合研究所客員研究員)

第3回 4月7日(水)

テーマ「認知症に強いライフスタイル;知的活動編」

講師;矢富直美氏(東京都老人総合研究所客員研究員)

※時間は各回とも12時00分～14時00分

会場;リスタンテ・エ・ピッツェリア ダ・イーヴォ
(JR恵比寿駅から徒歩10分)

料理;脳に良い食材を使ったイタリア料理

(グラスワイン、前菜、パスタ、魚料理、デザート、コーヒー)

費用;各回とも1万円(料理代、セミナー資料代、税込)

※全3回参加された方は、第3回目の費用は8千円

申込;事前申込み制、先着順(最少催行人数10名)



イーヴォ・ヴィルジーリオ氏

ナポリ出身のオーナーシェフ。イタリア国内の多くの星付きレストランでの修行を経て来日。ナポリ職人が製作した窯で焼いたピッツァをはじめ、シェフ自らが腕をふるう料理は「イタリアのイタリア料理」と言われるほどどれも本格的。

お申込みは(株)IBCコミュニケーションズのホームページ
<http://www.ibc-coms.com/>
または裏面のファックス用申込み用紙で!

