

平成24年度 第3回 宜野湾市消費者行政活性化事業啓発講座

食育ソムリエと選ぶ旬の島食材 in はごろも市場

～新鮮な食材を使って、健康的で豊かな食生活を考える講座～

講師：J Aおきなわ 中部地区営農振興センター

食育ソムリエ・野菜ソムリエ 新垣 洋子 氏

日時：2013年 **2月16日(土)** 午後1時30分～3時30分

場所：ぎのわんゆいマルシェ はごろも市場（宜野湾市大山）

定員：20人（先着順）

申込：**要予約** 1月25日（金）より市民生活課にて電話予約開始

☎893-4411（内線433）



今が旬のおいしい食材をかしこく選んで、体にも環境にもお財布にもやさしい毎日の食生活を考えたいですね。

野菜や果物の旬や鮮度の見分け方、最適な保存方法、島野菜のアレンジレシピと盛り付けの工夫などが試食もまじえながら楽しく学べます。ほかにもお料理ごとに合ったお肉の部位選び、お米の話、新鮮食材が消費者の手にわたるまでの話など、食についての情報満載の講座です。



困ったときはすぐ相談！



日常生活での買い物や契約に関するトラブル、多重債務、悪質商法などのトラブルについて相談をお受けし、解決に向けての情報提供や必要時には業者との調整を行います。

相談は無料で秘密は守られますので、安心してご相談ください。



消費生活に関する相談は **市民生活課** へ

TEL **893-4411** 内線 **433**

相談日 **月曜～金曜日** 午前10～12時 午後1～4時

お申し込み・お問い合わせ：市民生活課 市民生活係

☎893-4411 内線433