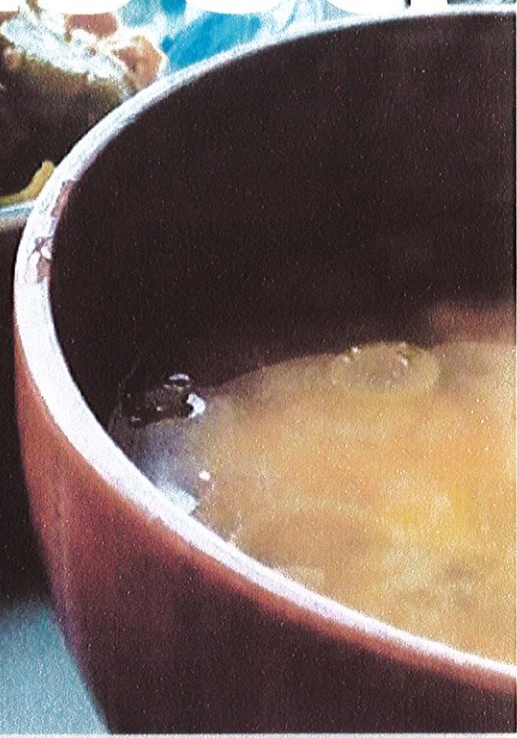


Plant-based Diet



炎症やアレルギーが気になる方大歓迎
ご自身の食生活の改善のポイントを考えよう！

July 20 (Mon.) 12-2pm

📍 遊学舎 /Yugaku-sha

12:00-12:30

【講義】プラントベースドダイエットとは？

千葉満郎（市立秋田総合病院消化器内科）

【Lecture】 What is a plant-based diet?

by Mitsuro Chiba, MD

\ Scan me! /

12:30-1:30

試食, アドバイザー伊藤孝子

Let's try plant-based diets! by Takako Ito



1:30

片付け / Clean-up!

参加費/fee: 1,000yen