

# 大人向け「乳の食育 雪印メグミルク 食コミュニティ」ご案内

雪印メグミルクは、さまざまな食育活動を通じて

あらゆる人々が健康で生き生きとした毎日を送るためのお手伝いをしています。

## ●骨・カルシウムセミナー

カルシウムは骨をつくる大切な栄養素ですが、日本人は慢性的にカルシウム不足です。骨に欠かせないカルシウムなどの栄養素や、骨の健康を維持するポイントをわかりやすくお伝えします。

骨の役割やカルシウムの働き、1日に摂りたいカルシウム量をお伝えします。牛乳・乳製品のお料理への使い方、レシピをご紹介します。



## ●ヨーグルトセミナー



最近人気のヨーグルト！種類も大変豊富になりました。そんなヨーグルトについてもっと知りたいという方におすすめです。ヨーグルトの基礎知識や乳酸菌についてご説明するとともに、ヨーグルトのおいしい食べ方や調理への活用法をご紹介します。

## ●チーズセミナー～入門編～

カマンベール・ゴダ・6Pチーズなど、お店の売り場には色々なチーズが並んでいますが、どれを選べば良いのでしょうか。

チーズの入門編として、国産チーズを中心にその種類や特長、レシピ等をご紹介します。このセミナーでもっとチーズに親しんでみませんか？



## ●チーズセミナー～チーズをおいしく楽しむために

チーズにはたくさんの種類があります、知れば知るほど奥深いチーズの世界。チーズは好きだけどあまりわからない、もっといろいろなチーズを知りたい、試してみたいという方のための初心者向けのコースです。

1部:セミナー(チーズの歴史、出来るまで、栄養などチーズの魅力をお話します。)

2部:講話&喫食(7つのタイプのナチュラルチーズとプロセスチーズをおいしく食べるためのノウハウをご紹介します。)

※ご用意いただく会場に条件がございます。ご相談ください。

おひとり様500円  
(税込) ※粗品付き



- 約60～90分程度のお話です。
- 参加人数は20名様以上(別途ご相談ください)
- 訪問開催・オンライン開催のいずれかをお選びください。(試飲・試食をご希望の場合は、訪問開催のみ対応可能です。)
- 食育スタッフの交通費、講師料はいただいておりません。
- 当日、体調不良(発熱・咳・下痢等)の方は参加できません。あらかじめご了承ください。

【お問合せ先】 雪印メグミルク株式会社 西日本支社 西日本CR企画推進グループ 食育チーム  
食育担当

TEL : 06-7670-3006(平日10～16時) FAX:06-7670-3014

E-mail : kansaisyokuiku@meg-snow.com

2024.4.15