

( 2019年7月31日 ) ワークショップ(食アスリート ベーシック講座 )

感想 及び メッセージをお願いいたします。

今の息子の食の好み、私自身の好みから見ても  
とても取り組みやすい 食事なので、  
しっかり 実践したいと思います。  
まだまだ 学びたい事があるので、引き続き  
よろしく お願いいたします。

( 2019年7月31日 ) ワークショップ(食アスリート ベーシック講座 NO2).

感想 及び メッセージをお願いいたします。

前回のNo1から 深く掘り下げて頂き、全体としてつながりについて  
よく理解できています。  
ありがとうございます。

2019年7月18日分  
に続きます

( R1 年 7 月 18 日 ) ワークショップ(食アスリート ベーシック講座 )

感想 及び メッセージをお願いいたします。

「食」という生きていく上で最も必要なことを、日常生活を振り返りながら学べてとても楽しかったです。知ってるようで知らない、分かっているようで分かっていないことがたくさんでしたが、中1の息子でも興味が湧く話で、一度聞かせてみたいと思える内容でした。

まだこの先のことを学ばせて頂きたいと思っておりますので、よろしくお願いたします。

「噛む」ことの大切さを学びましたが、私自身が(まだ)噛んでませんでした。ごめんなさい(笑)

( 2019 年 7 月 18 日 ) ワークショップ(食アスリート ベーシック講座 )

感想 及び メッセージをお願いいたします。

既に知っている事と新しい教えて事、聞いた事があるお話を融合し、

納得いく興味深い内容でした。

おしまい