

(2018年 8月 2日) ワークショップ(マイ雑穀)

感想 及び メッセージをお願いいたします。

思、た以上に 深くて面白い世界でした。
食事の大切さを知れました。
ランチも最高に美味しかったです。
雑穀これから使、ていきます。

(2018年 8月 2日) ワークショップ(雑穀の豆のワークショップ)

感想 及び メッセージをお願いいたします。

たのしかったです。
おいしかったです。

(2018年 8月 2日) ワークショップ(雑穀と豆のワークショップ)

感想 及び メッセージをお願いいたします。

雑穀文の特色と知れば知るほど取り入れて行きたいと思えました。又、毎日の食卓にも簡単に取り入れやすいので、健康のために無理なく続けられそうでした。
今の人の食生活と昔の人の食生活で、カロリーの消費が減っているにもかかわらず、肥満やなどの現代病が増えるのは何故か? など、あらゆる面において、食文化や食べる物が変わる事によって、普通に食べてるつもりでもやはり昔ながらのミネラルが足りていないと、雑穀文などを中心に、食事の方が体に良いことかわかっています。と、免、れ、ま、い、て、ま、り、ま、い、て、。

(2018年 8月 2日) ワークショップ(雑穀)

感想 及び メッセージをお願いいたします。

栄養や効果色々聞いて良かったです!
お事記など神様の話もあり、好きなので、うまかったです。
雑穀ランチ、とても美味しかったです!
甘酒も又やってみたいです。

(2018 年 8 月 2日) ワークショップ(雑穀)

感想 及び メッセージをお願いいたします。

雑穀に興味があふものの知識がなくて、なかなか家でできる事が
なかったのですが、今日のワークショップで雑穀の奥の深さを知る事が
できました。

日々の生活に雑穀をどんどん取り入れていきたいと思えます。

甘酒もあつけものもとてもおいしかったです。

いろいろなワークショップに参加したいと思います。

今日はありがとうございました。

(30 年 8 月 2 日) ワークショップ(雑穀の豆のワークショップ)

感想 及び メッセージをお願いいたします。

とても勉強になるワークショップでした。

全てをビデオ撮っておきたかった程です。

雑穀のそれぞれの特性もよくわかったのが、これから
家で取り入れるのが楽しみです。

炊飯器の早炊きと普通炊きの事も知らず

目からうろこでした。

ありがとうございました。

2018年7月20日分に
続きます

(2018年 7月20日) ワークショップ(雑穀ワークショップ)

感想 及び メッセージをお願いいたします。

雑穀の栄養と穀物について、より深く理解できました。
それと、楽しくて、とても勉強になる話ばかりでした。
ごはんもおいしくて、ありがとうございました。

(20 年 7 月 20 日) ワークショップ(雑穀ワークショップ)

感想 及び メッセージをお願いいたします。

穀物を水で水で炊き、高い栄養価が理解できました。
食事も、非常においしかったです。
これからも、毎回はワークショップに参加して頂きたいです。
ありがとうございました。

おしまい