

# 冷食でカンタン！

## たんぱく質しっかり&お塩控えめで 健康長寿セミナー

2023年2月11日(土)

13:30 (受付13:00) ~15:30 終了予定

講演  
1

「適量の判断は？「たんぱく質」と「食塩」の適量の見定め方」(仮)

女子栄養大学栄養生理学研究室教授 上西 一弘 氏

講演  
2

「冷凍食品の活用で手軽に！たんぱく質しっかり&食塩控えめ献立」(仮)

料理家 栄養士 本田 よう一 氏

講演  
3

「知ろう、活かそう、冷凍食品」(仮)

日本冷凍食品協会 部長 三浦 佳子 氏

会場内には、冷凍食品メーカーが、新情報とイチオシ商品を紹介したブースを  
出展しております。試食提供もございますので、ぜひお立ち寄りください。

### 会場参加とオンライン参加のハイブリットセミナー

会場：宮城調理製菓専門学校 (宮城県仙台市青葉区葉山町1-10)



地下鉄「北仙台駅」(仙台駅から6分) 下車北出口[1]番 徒歩1分  
JR仙山線「北仙台駅」(仙台駅から10分) 下車徒歩3分

参加費：無料

定員：会場参加70名・オンライン参加500名

申し込み方法：下記URLまたは二次元コードよりお申し込みください。

<https://eiyo21.com/2023reisyoku/>



問い合わせ先：女子栄養大学出版部マーケティング課「2023冷凍食品セミナー」係  
TEL: 03-3918-5472 FAX: 03-3918-5591 e-mail: kkokoku@eiyo.ac.jp

締め切り：2023年2月1日(水) (当日消印有効)