

血圧が気になる方へ
健康診断の結果が気になる方へ

彩り豊かに、
心もからだも満たされる。

美ランチ 体験会

参加者募集!



※写真はイメージです



広島初! 美ランチ認定第1号店!

天然素材本舗 手打ちうどんとお弁当のこむぎ 特製お弁当をご用意

美ランチとは?

Healthy+ が提唱する、5つのポイントを満たした健康的な食事です。

食事バランス

多 菜

適 塩

適 脂

まごわやさしい

美ランチを継続して食べると、塩分の摂取の低減、野菜摂取の増加などの効果が確認されています

2026年

日時

10月24日(土)

11:15~12:45 (開場 11:00)

会場

天然素材本舗

手打ちうどんとお弁当のこむぎ

広島市中区東千田町1-1-80

参加費
定員

1500円(税込) 10名(先着順)

※定員になり次第締め切らせていただきます



講師 森 真理

NPO法人世界健康フロンティア研究会 代表理事
東京慈恵会医科大学 非常勤講師
京都工芸繊維大学大学院 研究員
滋賀医科大学大学院 客員准教授
管理栄養士
高血圧循環器病予防療養指導士

健康的な食事のポイントをわかりやすくお伝えします。
毎日の食事を見直すきっかけにしてみませんか。

申込
方法



① 左QRコード
より申込み

② 登録アドレス
に振込先を
お知らせ

③ 入金確認の後
登録アドレス
へ参加証送付

④ 当日受付け
参加証提示

申込
期限

10/17
(土)まで

主 催

NPO法人世界健康フロンティア研究会
栄養バイオマーカー食育研究室



問合せは
こちら

協 力

天然素材本舗

手打ちうどんとお弁当の

こむぎ