



食で脳の若返り

～驚異のオニオンピールパワー～



普段は捨ててしまう、タマネギの皮。高い**抗酸化作用**があることはご存知でしょうか。

そもそも抗酸化とは何なのか？ タマネギの皮っておいしいの？抗酸化作用からタマネギの皮の食べ方まで、**楽しくおいしく学びましょう！**

専門の先生と栄養学部の学生による、食事のお話です。

🍎 日 時 🍎 7月16日（土）10：30～12：30
 （10：00～ 受付開始）

🍎 場 所 🍎 文教大学湘南校舎1402教室

🍎 参加費 🍎 無料

🍎 主 催 🍎 文教大学健康栄養学部

🍎 連絡先 🍎 0467-53-2111内線285 井上

🍎 申込方法 🍎 チラシをご覧ください

* 大学へは公共交通機関をご利用してお越しください



老若男女 大歓迎！
 お気軽にお越しください

タマネギ外皮を用いた**お菓子の試食**も
 ございます！



～たくさんのご応募をお待ちしております～

オニオン
ピール

学んで・作って・食べる

食で脳の若返り

～驚異のオニオンピールパワー～

老若・男女・集合

タマネギ外皮紹介

抗酸化お菓子試食付

7月16日（土）文教大学湘南校舎1402教室（1号館4階です）

10:30～12:30 受付10:00 文教大学健康栄養学

第1部 10:30～11:00

【講演】抗酸化食品を食べて、脳を若々しく

教授 井上節子



第2部 11:00～11:30

【実演】オニオンピールの食品への応用

文教大学学生 高野夏希 酒井静香 石田智恵美



第3部 11:30～12:00

【講演】穀菜果食とタマネギ外皮レシピ

准教授 岩井 達



参加費無料：大学へは公共交通機関を利用してお越しください

主催：文教大学健康栄養学部 0467-53-2111内線285 井上

参加者お名前

お電話番号

E-mail

FAX 0467-54-3803 or

e-mail: kousanka@shonan.bunkyo.ac.jp



ファックスの誤送信にお気をつけください。ご記入頂いた個人情報は、参加受付の目的のみに使用いたします。