

# 令和4年度 食育講演会

忙しい日も  
ラクラク調理

冷凍王子  
に学ぶ!

# 今すぐ使える 冷凍術

おうち時間をきっかけに自宅で調理をする機会が増えた今、目指したいのは楽しく料理。

気になる栄養バランスも、冷凍ストックを上手に利用して簡単に！

食品ロスを減らせるだけでなく、

「時短」、「節約」、「おいしさアップ」を叶えてくれる冷凍術を学んでみませんか。



冷凍王子が市川市にやってくる!

にしかわ たかし

講師

## 西川 剛史 氏

冷凍生活アドバイザー

令和4年

日程

## 6月18日(土)

午後1時30分～3時(受付:1時15分～)

会場

## メディアパーク市川

## グリーンスタジオ

市川市鬼高1-1-4(地図は裏面参照)

申込み・問合せ

市川市保健センター健康支援課 栄養担当

## ☎047-377-4511

市公式WEB  
からの申込み  
はこちらから



大学在学中から冷凍食品に興味を持ち、冷凍食品会社に就職。冷凍食品の商品開発などの経験を生かし、現在は冷凍専門家として活動中。冷凍王子としてテレビ番組「マツコの知らない世界」「ヒルナンデス!」「王様のブランチ」「NHKごごナマ」など、その他テレビ、雑誌などに多数出演。

参加無料  
先着100名