

# 料理初心者でも大丈夫！簡単レシピ IBDお料理教室

★  
★  
★  
(オンライン開催)

2022.12.17(土) 14:00~15:30

毎日欠かせない食事、皆さんはどうされていますか？  
IBD患者さんが押さえておきたい食事の考え方や料理のポイント  
を身につけ、自炊を続けられるようになれば、食事の満足度が  
上がり、体調管理にも繋がります。今回は、今日から試したくなる  
自炊のポイントや事前投票で人気だったメニューを知ることが  
できる、オンライン料理教室を1日限定で開催します。

参加費  
**無料**

## プログラム

第1部

### お役立ちセミナー 30min

知っておくとトクする・自信がつく、  
今日から役立つ“IBD患者さん向け自炊術”

講師：北村 文乃 (おいしい健康 管理栄養士)

どのメニューが  
選ばれるかは  
当日のお楽しみ♪

第2部

### 料理デモンストレーション 40min

“事前アンケートでのメニュー投票”による、  
みんなが習いたい、食べたいレシピ

講師：ABC Cooking Studio講師

第3部

### 質疑応答 20min

事前アンケートでいただいたご質問や当日のご質問に  
管理栄養士がお答えします

講師：北村 文乃 (おいしい健康 管理栄養士)

△本セミナーをご視聴いただくには、インターネットを利用できるパソコン、スマートフォン、タブレットが必要です

## お申し込み方法

下記のURLもしくは、右記の二次元コードよりアクセスし、  
申し込みフォームに必要事項をご入力の上、お申し込みください。

<https://forms.gle/3yTPCCNkamsvorT69>



当日の視聴方法などは、お申し込みいただいた後にメールにてお知らせいたします。



お問い合わせ先：IBDお料理教室運営事務局 (おいしい健康)  
cookingseminar\_01@oishi-kenko.com

主催：武田薬品工業株式会社



\*写真はイメージです