



# 令和4年度 新宮町PTA講演会

日程:令和5年1月13日(金) 19:00~20:25

(受付 18:30~) 場所:そぴあしんぐう 大ホール

○ 講師:宮本 好美(みやもと よしみ)様

所属・熊本県宮本果樹園 柑橘系生産者

○ 講演タイトル:「笑顔の時間~野菜・果物のちから~」

○ 講演の概要

①食生活の変化②1日に必要な野菜摂取量③子どもが好きなお野菜&嫌いなお野菜ランキング④親子で野菜を身近に感じる、リポベジランター!⑤お野菜博士にいませんか?⑥子どもが喜ぶ簡単レシピ⑦果物を楽しもう!~フルーツカッティング~等

講師経歴:生産者として、美味しい野菜や果物を育て、皆様の食卓にお届けしています。また、生産者として野菜果物の栄養バランスを考え、食育活動をすすめる中で子ども達にもっと野菜や果物を身近に感じてもらえるように、熊本のみならず、全国で講演等の活動を行っています。主な保有資格(野菜ソムリエ・ベジタブルフラワーアーティスト・冷凍生活アドバイザー)

