

カフェさくら草 2号店

H31.1.15 開催 !!

●ミニ講座 チョコレートの世界へようこそ●

今回は、(株)明治の管理栄養士さんによる食育セミナーでした。誰もが大好きなチョコレート。4000年の歴史がはぐくんだおいしさの秘密や、健康にまつわる話を、講師の先生が民族衣装を着てカカオの模型を見せながらわかりやすくお話ししてくださいました。



●ミニ体操●

健康運動指導士の松田先生によるリズム体操でした。マライアキャリーのおしゃれな音楽に乗せて、ゆったりと身体を動かしました。目を閉じるとまるでハワイのワイキキビーチにいるような気分でした。



次回は H31.2.19(火)10:00 ~ 12:00 です !!