



今すぐできることは？

# 食が変わると〇〇が変わるサロン

～あなたのカラダは「食べたもの」で出来ている～

～「あさいち」などのテレビでおなじみの矢澤先生が食の裏表をわかりやすく解説！～

## 日程

7月6日（土）

14:00～16:00（開場:13:30）

場 所：湘南学園カフェテリア

藤沢市鶴沼松が岡3-4-27

ゲスト：矢澤 一良先生 白土 卓志氏

ファシリテーター：和田 みゆき氏

## ゲスト



**矢澤一良先生**

2019年4月～

早稲田大学ナノ・ライフ創新研究機構  
規範科学総合研究所ヘルスフード科学  
部門 部門長。  
予防医学、ヘルスフード科学、脂質栄養  
学、海洋微生物学、食品薬理学を専門  
とする。湘南学園OB



**白土卓志氏**

株式会社いかす 代表取締役  
湘南オーガニック協議会 会長  
一般社団 次代の農と食をつくる会理事  
NPO 有機農業参入促進協議会理事

オーガニックな世の中を創造するべく、  
「農と食」からアプローチしている。



**和田みゆき氏**

学校法人八洲学園 理事  
4 Shine株式会社代表取締役  
学校教育で教えない家庭の役割（社会  
習慣形成/家庭文化の継承/才能開発/  
心のケア/コミュニケーション）の講演・セミ  
ナー・コーチングと、企業研修（マナー・コ  
ミュニケーション・目標達成）の講師。

## テーマ

- ▶ 食が変わると何が変わるの？
- ▶ 添加物って体に悪いの？
- ▶ 無添加表示、その裏にかくされたことは？
- ▶ 何をどう食べればいいのか？

お申込み：

<https://forms.gle/BXSRXeGwWijmKonY8>

参加費：大人1,000円 高校生以下無料  
資料、お菓子付



お申込み先

**当日参加OK**

主 催：NPO法人湘南食育ラボ  
共 催：サロンde湘南  
後 援：藤沢市教育委員会 学校法人湘南学園  
問い合わせ：info.salondeshonan@gmail.com

▶ サロンde湘南は、2018年7月に発足。

学識経験者・各界の専門家・学校・企業・NPO法人湘南食育ラボが中心となり、「食と健康」をテーマに継続的な「情報の発信」と「学びの場の提供」を行うサロンです。私たちは、持続可能な社会づくりには健康的な生活が不可欠であると考え、「子供たちの笑顔があふれる未来と人が健康に暮らす持続可能な社会生活」の創出を目指しています。