



脳の若返りスープ そなえごはんクッキング



「大認知症時代」に備え岐阜食材のごはんで予防するセミナーを開催しました。認知症発症のメカニズムや予防効果のある栄養素と、簡単レシピを動画紹介しました。毎日の食事に取り入れやすいメニューの作り方・食べ方を知り、健康・長寿の意識を高めるきっかけの場となりました。

一般社団法人
ぎふおうちごはん協会