



OKINAWA KINOKO COOKING

日時：
2023年1月28日(土)

10:30～13:30 10:00
開場受付

場所：(一社)トータルウエルネスプロジェクトオキナワ
(読谷村大湾 356)

定員：15名

対象：高校生以上

MENU

コリコリあらげきくらげとマグロともずく井
きのこナゲット 発酵タレを添えて
ゆし豆腐のホットスープ
きのこ入りクッキー

一般社団法人
トータルウエルネスプロジェクト
オキナワ代表理事

伊是名カエ氏



沖縄県那覇市出身。管理栄養士・健康運動指導士・琉球料理伝
承人。学校・病院・企業内での管理栄養士を経て、1991年にヘル
スプランニングカエとして独立。2015年12月には(一社)
トータルウエルネスプロジェクトオキナワを設立。料理 & 運動
教室の運営、県内複数の医療・教育機関にて健康指導、体験型
の食農教育を行う。県産食材を活用した商品・レシピ開発の実
績も多数あり。食・健康・美容情報を各種メディアで発信中。

お申込み / お問い合わせ先

令和4年度「沖縄きのこ知って・食べて・健康増進委託業務」
受託・運営：(株)サン・エージェンシー 担当：諸喜田

TEL: 098-862-3580



県産きのこで腸活！

腸内環境を整える

メデイカルクッキング

暖かくなったり寒くなったり、気温の変化が大きい季節。
沖縄県産きのこをたくさん食べて腸内環境を整え、
免疫を高め、寒暖差に負けない体を作りましょう！

参加費

無料

※事前申込制



沖縄県 農林水産部 森林管理課