



報道関係者各位

東京マラソン直前!初の「BEAUTY × SPORTS」講座開講!! **「ベジフルビューティーアドバイザー」が“運動=健康=美”の方程式を紹介**

日本ベジタブル&フルーツマイスター協会（所在地：渋谷、理事長：福井栄治）は、野菜・果物のスペシャリストである「野菜ソムリエ」の認定を行うと共に、野菜・果物で美をサポートするための講座“ベジフルビューティー講座”で、「ベジフルビューティーアドバイザー」の認定も行っております。

今回、初めて「BEAUTY × SPORTS」をテーマとした講座を開催いたしますのでお知らせします。「BEAUTY × SPORTS」講座は、毎年話題の東京マラソンにちなみまして“運動=健康=美”をキーワードにベジフルビューティーアドバイザーが行う講座です。お忙しいとは存じますが、この機会にぜひご取材をいただければ幸いです。

【「BEAUTY × SPORTS」講座概要】

- 日 時：平成22年 2月10日（水） 19：00-21：00
開催場所：協会本部 渋谷第三教室（渋谷区道玄坂1-20-8 寿パークビル3F）
定員：30名
講師：ベジフルビューティーアドバイザー 篠原絵里佳
内容：
●【運動=健康=美】のメリットとデメリットの正体を学び、知ること、防ぐことで、さらに美しくなれるポイントについて
●【運動=健康=美】の方程式について
● 運動と組み合わせて、効果的に野菜・果物を取り入れる方法の一つとして、手軽に続けられる「スポーツビューティージュース」の作り方

<講座企画・講師プロフィール>



ベジフルビューティーアドバイザー、ジュニア・ベジタブル&フルーツマイスター、管理栄養士、日本抗加齢医学会会員。医療機関にて、慢性疾患の患者様への栄養管理に従事した後、現在は予防医学に邁進中。「美味しく食べて、体の中から美しくなる健康美」を自身のテーマとし、スポーツクラブでの栄養相談、特定健診保健指導、セミナー講師、コラムの執筆等、幅広く活動中。「四季の野菜大図鑑」、等の雑誌やムック本のレシピ・監修等も行う。

ベジフルビューティーとは

なぜ「ビタミン・ミネラル」が美容にいいのか、効率的な取り方やどのような効果が期待できるのかなど、野菜・果物に多く含まれる「ビタミン・ミネラルを中心に「食」とインナービューティーとの関係を学びます。

■ 本件お問合せ先

日本ベジタブル&フルーツマイスター協会 広報チーム 松元、本田、島村
東京都渋谷区道玄坂1-20-8 寿パークビル3F 協会ホームページ： <http://www.vege-fru.com>
TEL：03-5489-8636 FAX：03-5459-8186 E-mail：koho@vege-fru.com