



野菜たっぷり健康生活を提案するビジネスや企画をお考えの皆さまへ

# チャンプルースタディ 料理講習会

参加  
無料

琉球大学の研究成果「チャンプルースタディ®」をビジネスに取り入れ、野菜たっぷりの健康的な食事の提供を目指す事業者の皆さまを対象に料理講習会を開催します。

野菜たっぷり健康的な食事の提供を検討している方、新しい食のサービスを検討している方のオリジナルレシピ開発のお手伝いをいたします！

※チャンプルースタディ®は琉球大学の登録商標です

**日程** 8月20日(日) 14:00~16:00 (受付/13:30開始)

**会場** 働く女性の家 (ゆいみなあ) 料理実習室  
(宮古島市平良字下里442)

アロエベラをはじめとした  
宮古島産野菜をたっぷり活用

**定員** 20名 (定員に達し次第、受付を終了いたします)

**対象** 管理栄養士、栄養士、調理師、飲食事業者、お弁当・惣菜製造業、  
ホテル・民泊等の宿泊施設、その他食に携わるお仕事をしている方



りん くんび  
**講師：林 訓美 先生** (中華精進料理 鎌倉 凜林 店主)

中国福建省華僑。横浜で中華料理店を営む家に育ち、1964年から築地の福建料理「福新楼」名匠張仁富氏のもとで修業。1972年よりクッキングスクール等の講師、食品会社のコンサルタントなどをつとめ、テレビ番組にも出演し活躍。現在は鎌倉で中国精進料理「凜林」の店主をしながら、全国の幼稚園、小学校、養護学校で料理教室を開催し、栄養士会、医師会、歯科医師会等で食の楽しさ、大切さを伝える講演を行っている。著書に『親子で楽しむこども料理塾』(明治書院)、『食と職を美味しく食べる法』(講談社)がある。

## 講習内容

- 1 チャンプルースタディ®を学ぶ
- 2 講師のデモンストレーションを見て調理のコツを学ぶ
- 3 一食分のメニューを試食し野菜量や塩分量を味覚で確認する
- 4 チャンプルースタディ®の基本に基づいた**実提供を想定したオリジナルレシピ**を考える！



※写真はイメージです

## チャンプルースタディ'S POINT

- ✓ 1食あたり**200gの野菜と50gのお芋**を使用！
- ✓ 1食あたり**2.5g以下**の塩分相当量！
- ✓ 1食あたりのエネルギーは**550~700kcal**！



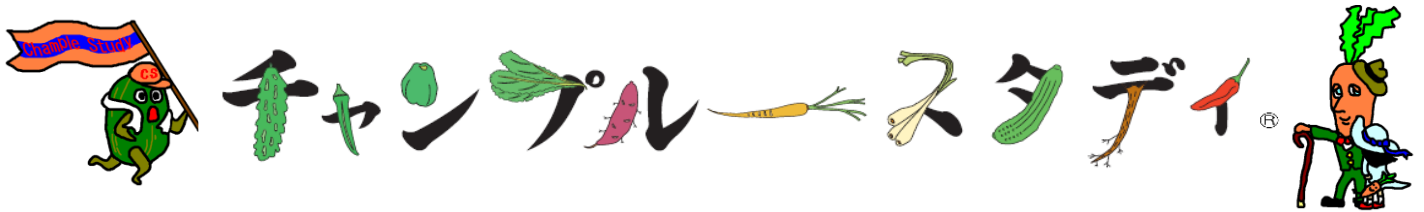
チャンプルースタディ®を**1週間に8回**  
実践することで、健常者の健康改善  
効果の研究結果あり！  
ぜひビジネスに活用しませんか？

お申込み  
お問合せ

株式会社沖縄TLO (沖縄県西原町字千原1番地 琉球大学産学官連携推進機構3階)

TEL : 098-895-1701 / FAX : 098-993-7677

e-mail : [chample@okinawa-tlo.com](mailto:chample@okinawa-tlo.com) / HP : <http://chample-study.com/>



### 会場へのアクセス

- ・働く女性の家 ゆいみなあ（平良字下里442-1）  
※県道243号線沿い、サンエーV21カママヒルズ食品館向いになります。

### 申込方法

- ・参加申込書に必要事項をご記入のうえ、下記FAX番号までお送りください。



### 参加申込書（FAX:098-993-7677）

申込締切：8月15日(火)

※定員に達し次第、受付を終了させていただきます。

ふりがな			
参加者氏名			
会社名（所属） 職業など			
住所	〒		
電話番号		FAX番号	
E-mail	@		
参加目的			

### オリジナルレシピ開発事業者募集！！

チャンプルスタディ®料理講習会及び講演会（本講習会含む）に参加経験のある事業者を対象に、オリジナルレシピの開発支援をいたします。

ぜひお気軽にお問合せください！

#### 【支援内容】

- ①料理講習会
- ②管理栄養士によるオリジナルレシピの監修
- ③メニューの提供方法検討支援
- ③開発メニューのPR支援 など

営業ツールにぴったりなオリジナル  
レシピカードを作成しよう！



※H28年度「キッチンじゃからんだ」のレシピカード

【お問合せ】 TEL：098-895-1701 / E-mail：chample@okinawa-tlo.com