

＝白神こだま酵母で作る＝

グルテンフリー『マイピュアブレッド』4シーズンマスターコースカリキュラム

	製作マイピュアブレッド	米粉製パンについて	グルテンフリー理論	グルテンフリーランチ	開催予定時期
1	プレーン	米粉・糖分・オイルの種類	グルテンフリーについて	米粉パンと季節料理&飲物	2023年11月19日 10:45～15:00
2	ソイ	白神こだま酵母&その他の酵母	腸内環境&過敏性腸症候群 腸活の落とし穴	米粉パンと季節料理&飲物	2024年1月 10:45～15:00
3	セサミ	温度・吸水	ダイエット&消化と栄養吸収 自律神経	米粉パンと季節料理&飲物	2024年3月 10:45～15:00
4	レーズン	発酵・焼成・保存	アレルギー グルテン不耐症と小麦アレルギー	米粉パンと季節料理&飲物	2024年5月 10:45～15:00
5	クルミ	カット方法&食べ方の提案	認知症&脳の健康 メンタルへの影響	米粉パンと季節料理&飲物	2024年7月 10:45～15:00
6	ティーフルーツ	季節別米粉パン作り方の復習	誰にでも簡単にできる 健康な身体と心を作る食生活法	米粉パンと季節料理&飲物	2024年9月 10:45～15:00

※開催日は全て日曜日となります。

※季節の温度変化に合わせた米粉パン作りのため、1年間のコースとなります。

米粉パン作りに合わせ、製パン、グルテンフリー、食と健康、ダイエット、腸内環境についても学んでいただけます

## グルテンフリー『マイピュアブレッド』4シーズンマスターコースご受講者特典

### ♥特典1：1年間のサポート付

製パンについて、グルテンフリーについて、食生活&健康、ダイエットについて、何でもご質問ください  
ご質問方法についてはお申込者にご案内いたします。

### ♥特典2：リピート食材付

すぐにリピートして作ることで技術が定着します。

リピート食材をお付けいたしますので、レッスン後できるだけ早いうちに復習をしてください。

### ♥特典3：グルテンフリーランチ付

ご遠方よりご参加される方にも安心のランチ付きです。

レッスンの緊張をほぐし、ランチを皆様で召し上がりながら米粉パン作りについても情報交換されてください。

### ♥特典4：お作りになったものはすべてお持帰り頂けます。ラッピング方法もお伝えいたします。

試食は講師製作の米粉パンを召し上がっていただきます。

### ♥特典5：ご受講中、他レッスンにご参加の際は500円割引を適用させていただきます。

### ♥特別特典：コース終了後、ご希望者にレッスンアシスタントに入っていただきます（お試し期間終了後）

#### レッスン3回無料参加：23,100円相当

受講後、お試し期間にレッスン3回無料で参加&レッスンサポートをお願いいたします（ご希望者）

サポート期間を設けたのは、米粉パン&グルテンフリーについて学ばれたコース修了者の方に

レッスン開催について知っていただき、お教室開講、アシスタント続行などの見極めをしていただく

機会としていただきたいからです（強制ではなく、ご希望者のみです）

**レッスン日時**：第1回：2023年11月19日（日）10：45～15：00予定

**場 所**：JP総武線 本八幡駅徒歩2分（お申込の方に詳細をお知らせいたします）

**レッスン料**：54,000円＋税

合計 59,400円：税込（6回のレッスン料、1年間サポートと全ての特典含）

**講 師**：一般社団法人 日本米粉クッキング協会認定 大塚式グルテンフリースペシャリスト

一般社団法人 健康食育協会認定 健康食育シニアマスター

米菜日和 主宰 印南恵津子

**定 員**：3名

**ご不明な点は、お気軽にお問い合わせください。**

[maisai-biyori@memoad.jp](mailto:maisai-biyori@memoad.jp)

**お申込は下記にご記入の上、送信してください。**

<https://pro.form-mailer.jp/fms/9cf80dc0285328>