



♥清水地区コミュニティセンター主催講座

むっち先生の腸活おはなし会

参加費

無料

日時 2/8 (土) 10:00~11:30

定員35名

場所 清水地区コミュニティセンター 第1講座室

體(カラダ)は食で作られる

腸活の人 むっち。こと加藤睦美さんは、

食を通じて腸から元気になれる「腸活メニュー」が楽しめるカフェ『muttaku。(むったく。)]の代表。そして家庭でもそれを再現できるような料理教室や身体づくり講座等を開催されています。その活躍は、佐世保から日本全国さらに世界へと羽ばたかれ…そんな、むっち先生からの貴重なお話をお届けいたします。



講師紹介

加藤 睦美 (44歳)
Mutsumi Kato 氏

むっち。の家族構成

美容師の夫 (45歳)、息子 (21歳)、娘 (19歳)

むっち。の性格

めんどくさがり屋、おおざっぱ、せっかち、早口、人見知り、涙もろい。

好きなこと

料理を作ること、食べること、飲むこと



グルテンフリー

白砂糖フリー

発酵玄米

無添加調味料

むっちの動向

- 1989 ◆ 小学3年生で料理に興味を持ちだす
- 1999 ◆ 19歳飲食業界へ
- 2020 ◆ 某大学学食おばちゃんになり
某高校野球部寮のおばちゃんにもなる
- 2022 ◆ むったく。本店オープン
- 2023 ◆ 2号店オープン
- 2023 ◆ プロバスケット選手の食事サポート
- 2024 ◆ 全日本バスケットボール
パリオリンピック選手団食事サポート



申し込みは、
1/7 (火) 9:00~

清水地区コミセンまで
TEL 0956-76-7333

