

## プロフィール

栄養士・アクティブ野菜ソムリエ・食育マイスター・漢方養生士など

体調を崩したことをきっかけに栄養士をはじめ野菜ソムリエ等、食の資格を多数取得。  
野菜ソムリエ協会で企画・運営・講師をはじめ、企業・各種団体にて講師活動を展開。  
浪速魚菜の会との「ほんま旨いもん塾」を主宰。野菜ソムリエ協会で食育講師、カルチャーセンターにて講師。

高知野菜サポーターとしてセミナー・レシピ開発等。講演活動をはじめ、コラム執筆、レシピ提案、各種メディアを通し「季節に合わせたベジフルライフの大切さ」を伝えている。