

三角形が目印の下仁田納豆です。

腸がよろこぶ！

ねば ねば丼

納豆、めかぶ、山芋、好きな海鮮
混ぜ混ぜすればできあがり～
(お好みで卵黄を入れてもGood!!)

栄養学のプロフェッショナル
福田先生直伝！
腸に良くて美味しいよ！



福田由香里先生 監修

日本オプティマルヘルス協会副
代表・専任講師/
温熱サロン Heal On 代表
NPO法人 がんコントロール協
会認定栄養療法コンサルタント

下仁田納豆は「ママみちゃんの納豆講座」と
題し年に4回、『食』に携わるプロフェッショナルを
招いて講座を開催しています。

美味しいものには理由がある!!

原材料、製法、物語、人柄まで♡知ればなるほど。
身体をつくる食べ物のこと、どれだけ知っていますか？
愛あふれる学びの時と一緒(ましょ)。

＜ご興味がある方は下仁田納豆のHPを参考にチェック下さいね＞

第48号

2026.2月

福田由香里先生も
下仁田納豆で

講座をしてくれました！



創業62年
つなぐ伝統食

下仁田納豆

下仁田納豆
ホームページ

