



健康ってワンダフル

～からだがよろこぶ♡ かんたん薬膳講座～

毎日のごはんで体は変わる。
鍼灸師としての経験から実感した食の大切さ。ゆるっと楽しく薬膳の知識を学んで、簡単レシピを一緒に作ってみませんか？
初心者さん大歓迎！
試食付き♪

11/11 (火)
10:00～11:30

「初めての冬の薬膳」
～季節のからだの変化と
食養生を学ぶ～

薬膳の基礎知識と取り入れ方を学びます
会場:講座室

講師
渡部愛子

鍼灸師
和漢薬膳講師

11/18 (火)
10:00～11:30

「体ぽかぽか」
おうち薬膳はじめよう」
～実践！毎日のごはんで
できる温活術～

薬膳料理の具体例と実践
会場:クッキングルーム

- 【会場】 へきしんギャラクシープラザ（文化センター）
- 【対象】 市内在住・在勤・在学の18歳以上の方（未就園児のお子様託児有り）20名
- 【参加費】 1,400円（受講費200円、教材費1,200円）託児:子ども1名1回300円
- 【申込方法】 9/3（水）9:00～9/11（木）17:00に市公式ウェブサイト
「市民企画講座」のページまたは二次元コードからお申し込みください
- 【抽選結果】 9/12（金）16:00以降に市公式ウェブサイトに掲載します。
二次元コードの「市民企画講座抽選結果」からご確認ください。
※参加費の支払方法、持ち物等のご案内を抽選ページ内に記載します。
※定員に満たない場合は9/12（金）以降電話で申し込みを受付します（先着順）。
※託児を受付できる人数には限りがありますので、受講者が定員に満たない場合でも託児がお受けできない場合があります。



お申し込み



抽選結果

【問い合わせ先】 生涯学習課（へきしんギャラクシープラザ内）電話76-1515（祝日を除く月曜休館）

個人情報の取り扱いについて お申し込みの際にお預かりした個人情報は市民企画講座の運営に関してのみ使用します。

主催 企画・運営 安城市教育委員会生涯学習課
One☆だふるライフ