

楽しく学ぶ

～発酵食品で作る簡単メニュー～

12月18日(金) 10:00～12:00

ふだんの食事に発酵食品を取り入れるには・・・
発酵食品を使った簡単メニューを学びます。

※聴講講座となります。

会場 北部生涯学習センター美和分館（アカデ美和）

対象 女性 15人

会費 1人300円

講師 有賀 久美氏

（ウーマン・ラボ代表、野菜ソムリエ、食生活アドバイザー2級）

申込 往復ハガキ又はHPから、北部生涯学習センター美和分館へ
お申し込みください（ハガキの記載例は、裏面へ）。多数抽選。

※11/18(水) 必着

このほかにも、発酵食品についての講座を予定しています。

ぜひ、ご参加ください。 ※内容は一部変更となる可能性があります。

〇1/22(金) 10:00～12:00 楽しく学ぶ～免疫力UPの為の食事のコツ～

【往復ハガキでの申込方法】

63 往信	〒421-2113 静岡市葵区安倍口団地5-1 静岡市北部生涯学習センター 美和分館 行	この面には、何も記入 しなごうください。
63 返信	自分の住所 自分の氏名 様	「楽しく学ぶ ～発酵食品で作る 簡単メニュー～」 ※講座日も記載ください <input type="radio"/> 住所 <input type="radio"/> 氏名 <input type="radio"/> 年齢 <input type="radio"/> 電話番号 ※1枚につき1人まで

【HP での申込方法】

必要事項を入力の上、お申し込みください。

静岡市生涯学習センターホームページ

・・・<https://sgc.shizuokacity.jp/>

【新型コロナウイルス感染症対策についてのお願い】

下記の事項を確認、ご了承の上、お申し込みください。


- ①講座当日、参加者の皆様にはマスクの着用をお願いします。
- ②37.5℃以上または、平熱比1度超過の発熱や2週間以内に息苦しさや強いだるさ、軽度であっても咳や咽頭痛などの症状がある場合は、当選されましても参加いただけません。
- ③感染症対策の為、参加者の氏名・緊急連絡先を記載した名簿を作成し、必要に応じて保健所等の公的機関へ情報提供する場合があります。

【アカデ美和への交通案内】

- JR 静岡駅より路線バス（9番のりば）
美和大谷線「安倍口団地南」下車、北へ徒歩約1分。
- 足久保・奥長島方面からのお客様は、
「安倍口団地北」下車でもお越しいただけます。南へ徒歩1分。
- 駐車場に限りがあります。なるべく公共交通機関でお越しください。
お車の場合は、第2駐車場をご利用ください。

北部生涯学習センター美和分館（アカデ美和）

〒421-2113 静岡市葵区安倍口団地 5-1

 (054) 296-7122