

免疫力を高める

オーガニック料理を学ぶ

全3回

オーガニック料理について学んでみませんか？

無意識に口に入っている食べものに興味を持ち、選ぶ目を養い、より健康な生活を送りましょう。※聴講講座です。

4/22 (金)

細胞レベルで美しく！
コロナに負けない免疫力
を高める食べ方を
学びます。

5/27 (金)

季節のお料理、食べ方。
食べ物の陰陽について
学びます。

6/24 (金)

健康の7大条件。
自分の顔から今の自分の
状態を知ろう！
&お手当法

10 : 00 ~ 11 : 30

場 所 北部生涯学習センター美和分館 2階 第3集会室

講 師 みほ
mihoさん(エキスパートオーガニック料理ソムリエ)

対 象 健康に興味がある方 15人

会 費 1人500円

申込方法 3/18(金)10:00~電話で北部生涯学習センター美和分館へお申し込み下さい。(申込順)

【新型コロナウイルス感染防止対策のお願い】

下記事項をご了承の上、お申し込みください。

- ①マスクの着用
- ②発熱等、体調不良時の参加自粛
- ③万が一の際、氏名・連絡先の公的機関への情報提供

静岡市北部生涯学習センター美和分館 (アカデ美和)

指定管理者 (公財) 静岡市文化振興財団

〒421-2113 静岡市葵区安倍口団地 5-1 ☎296-7122

【個人情報の取り扱いについて】 いただいた個人情報は、講座実施目的及び感染症対策以外には使用いたしません。