

食に関わる講座



No.1

6/4(火) **スポーツ栄養セミナー ～アスリートの食生活と栄養～**
17:00～19:00 講師 鈴木睦代 (山梨学院短期大学)

- 定員50名
- 参加費 <無料>
- 申込5/7～5/28

No.2

9/7(土) **シニア期の食事を“整える” ～健康づくりの元気ご飯をクッキング～**
10:00～14:00 講師 深澤早苗 (山梨学院短期大学)

- 定員24名
- 参加費1,000円
- 申込7/29～8/23

No.3

9/10(火) **フランス各地の郷土菓子 ～お菓子で「ツール・ド・フランス」～**
10:00～11:30 講師 並木麻輝子先生 (料理・菓子ジャーナリスト、食文化研究家)

- 定員30名
- 参加費 <無料>
- 申込7/29～9/3

No.4

9/17(火) **ケーキ作りのコツ**
10:00～14:00 講師 廣瀬和代 (山梨学院短期大学)

- 定員30名
- 参加費1,200円
- 申込7/29～9/3

No.5

10/20(日) **たべるをはかる 自身の食習慣を知ろう (地域医療プログラム①)**
10:00～11:30 講師 青木慎悟 (山梨学院短期大学)

- 定員30名
- 参加費500円
(食事調査費用)
- 申込9/9～10/4

No.6

10/27(日) **血圧にやさしい“ナトカリ”クッキング (地域医療プログラム②)**
10:00～13:00 講師 青木慎悟 (山梨学院短期大学)

- 定員24名
- 参加費1,000円
- 申込9/17～10/11

No.7

12/14(土) **素材をアレンジしてご飯のお供：ふりかけを作ろう ～ふりかけでおいしく栄養補給～**
10:00～13:00 講師 中川裕子 (山梨学院短期大学)

- 定員24名
- 参加費1,000円
- 申込11/5～11/29

No.8

2/25(火) **お家で作れる本格西洋料理**
10:00～14:00 講師 鈴木耕太 (山梨学院短期大学)

- 定員24名
- 参加費1,500円
- 申込1/20～2/10

地域活性化に関わる講座

No.1

5/21(火) **「働く」ことの意味を考える (地域経済活性化プログラム①)**
16:30～17:30 講師 岡本新一先生 (山梨中央銀行地域創生推進部)

- 定員50名
- 参加費 <無料>
- 申込4/22～5/14

No.2

5/28(火) **山梨の豊かさ・魅力・可能性を考える (地域経済活性化プログラム②)**
16:30～17:30 講師 岡本新一先生 (山梨中央銀行地域創生推進部)

- 定員50名
- 参加費 <無料>
- 申込4/22～5/21