

シニア期の食事を“整える” ～腸が喜ぶ元気アップごはん～

【講座について】

みなさん、“腸”の調子はいかがですか？
私たちのおなかの中には、数十兆個もの
腸内細菌がいるって知っていましたか？
これらの菌をうまく育ててあげる、整えて
あげると、体も気分もなんだかいい感じ！
腸が喜ぶ食材を用いたおいしい料理を
作って、食べることを楽しみましょう。

講師：深澤早苗 食物栄養科 教授（管理栄養士）
六車睦美 食物栄養科 特任助手（管理栄養士）

【開催日時】 2025年9月20日(土) 9時30分受付 10時00分～13時30分

【申込期間】 2025年7月1日(火)～9月5日(金)13時まで

【場所】 山梨学院短期大学 51号館2階 51-204調理実習室
(エプロン、バンダナをご持参ください)

【定員】 対面形式:30名 【参加費および実習材料費】 1,000円

【交通】

電車:JR中央本線「酒折駅」下車、徒歩3分
バス:山梨交通バスまたは富士急行バスを利用し、
「山梨学院大学」下車
お車:城東通り沿い第1駐車場Sをご利用ください

【お申込み/お問い合わせ先】

〒400-8575
山梨県甲府市酒折2-4-5
山梨学院短期大学
TEL:055-224-1400
FAX:055-224-1396
申込フォームURL:

【お申込み方法】

各講座の申込フォームに必要事項(お名前・フリガナ、
電話番号、メールアドレス)を入力し、お申し込み
ください。その他、本講座の詳細は、「山梨学院
短期大学ホームページ」をご参照ください。

<https://forms.office.com/r/VZsHGh5S>(QRコードからもアクセス可)

申込フォーム



山梨学院短期大学
YAMANASHI GAKUIN JUNIOR COLLEGE



食に関する講座

2025年9月6日(土) 10:00～13:30 申込 7月1日(火)～	初めてでも安心！デコレーションケーキ作り（調理実習あり） 廣瀬和代（食物栄養科特任講師 製菓衛生師 栄養士） 渡邊みず季（食物栄養科特任助手 製菓衛生師） 参加費および実習材料費 2,000円
2025年9月20日(土) 10:00～13:30 申込 7月1日(火)～	シニア期の食事を“整える”～腸が喜ぶ元気アップごはん～（調理実習あり） 深澤早苗（食物栄養科教授 管理栄養士） 六車睦美（食物栄養科特任助手 管理栄養士） 参加費および実習材料費 1,000円
2025年10月25日(土) 11:00～12:00 ホームカミングデー関連イベント 申込 8月1日(金)～	自由に広がるキャリア！ フリーランス管理栄養士と考える「栄養×農業×福祉」の可能性 山田久美子 様（きらめき久美ファーム 栄養士）食物栄養科卒業生
2025年11月8日(土) 10:00～13:30 申込 9月1日(月)～	野菜とスパイスでつくる中濃ソース with 揚げ物（調理実習あり） 中川裕子（食物栄養科教授 管理栄養士） 牧野美咲（食物栄養科特任助手 管理栄養士） 参加費および実習材料費 1,000円
2026年2月21日(土) 10:00～13:30 申込 12月1日(月)～	お家で作れる本格西洋料理 ～プロが教える極上レシピ～（調理実習あり） 鈴木耕太（食物栄養科専任講師 管理栄養士 専門調理師・調理技能士） 鈴木里菜（食物栄養科特任助手 栄養士） 参加費および実習材料費 1,800円

保育に関する講座

2025年7月28日(月) 13:20～14:40 申込 6月2日(月)～	電気の工作 作って遊ぼう「タフツくん」！ー小学3～6年生のための教養講座ー 小林祐一（保育科教授）
2025年8月6日(水) 15:00～16:30 申込 6月2日(月)～	何が「対話」と呼ばれているのか ー子どものための哲学(p4c)における「言葉」と「聴くこと」の意味について 川上英明（保育科准教授）
2025年8月7日(木) 15:00～16:30 申込 6月2日(月)～	幼少期における運動遊び・スポーツ指導のあり方 今井茂樹（保育科准教授）
2025年9月25日(木) 13:00～14:30 申込 7月1日(火)～	保育・教育現場で活かすための 「アタッチメント」の考え方 飯野雄大（保育科准教授）
2025年10月25日(土) 11:00～12:00 ホームカミングデー関連イベント 申込 8月1日(金)～	「自らとの対話」ー絵をえがくことー 伊藤美輝 様（元保育科教員）

山梨学院短期大学
地域連携研究センター
イベント・講座案内ページ



その他の講座

2025年7月1日(火) 16:30～18:00 申込 5月12日(月)～	山梨で暮らす・働くを考える ー地域経済活性化プログラムー 岡本新一 様（山梨中央銀行 地方創生推進部 山梨未来創生室 室長）
2025年10月25日(土) 13:30～15:30 ホームカミングデー関連イベント 申込 8月1日(金)～	わたしたちの未来をデザインするSDGs ーカードゲームで楽しく学んで行動につなげるワークショップー 青木慎悟（食物栄養科准教授 2030SDGs公認ファシリテーター） 参加費および教材費 500円

2025年10月25日(土)～26日(日)の樹徳祭開催期間には、「ホームカミングデー」を開催！