

健康づくりのための  
暮らしの中の

# 栄養学講座

全8回

講師：吉野啓子

**受講料 2,500円(材料費込み)**

あなたは毎日どのくらいの栄養をとればいいのか知っていますか？  
この講座では、栄養素の基礎知識や栄養バランスの確認方法などを  
学ぶことができます。7回目までは座学で、8回目のみ調理実習で  
す。玉ねぎドレッシングやにんじんのマリネ等を作ります。

期 日：11/13・27、12/11・25、1/8・22、2/12・26  
(毎回水曜日 全8回)

時 間：19時～20時(受付 18時30分)

定 員：24人

申込 WEB フォーム→



場 所：八代市公民館(八代市千丁町新牟田1433番地)

申 込：裏面もしくは申込 WEB フォームからお申込みください。

# 申 込 書

講座名	健康づくりのための暮らしの中の栄養学講座（令和6年度後期やつしろ市民大学）		
住 所	〒（                    ）		
ふりがな 氏 名		年齢	歳代
電話番号			
mail(任意)			

## 健康づくりのための暮らしの中の栄養学講座

- 日 時 令和6年11月13日・27日、12月11日・25日、  
令和7年1月8日・22日、2月12日・26日（毎回水曜日、全8回）  
19:00～20:00（受付：18:30～）
- 場 所 八代市公民館（八代市千丁町新牟田1433）
- 対 象 市民または市内に通勤通学している人
- 募 集 24人
- 締 切 9月30日（月）必着
- 持参品 筆記具
- 受講料 2,500円（材料費込み）
- 申 込 電話での申し込みはできません  
1）申込フォーム（表面にあります）  
2）申込書、メール、はがき、FAXによる申込み  
①講座名 ②郵便番号・住所 ③氏名（ふりがな）④年齢  
⑤電話番号 ⑥メールアドレス（任意）を記入し申し込んでください
- 提出先 〒869-4703 八代市千丁町新牟田1433  
FAX：0965-30-1120 mail：syogai@city.yatsushiro.lg.jp
- その他 ・講座中の様子を撮影し、市ホームページや広報紙等に掲載する場合がありますのでご了承の上、受講してください  
・天候等の理由により、中止または日時等を変更する場合があります  
・中止、変更があった場合も返金はいたしませんのでご了承ください