

# いきいき 堺市民 大学

第10期

公開講座

## ※ 第一回

9月17日（土）10:30 ～ 12:00

身体にやさしい食のあり方を考える

会 場：関西大学堺キャンパス B棟 SB301 教室

講 師：いただきますプランニング代表 山口 香代子

参加費：500円（当日受付でお支払ください）

定 員：100名

## ※ 第二回 （SS 倶楽部共催 第174回 SS 塾）

10月15日（土）10:30 ～ 12:00

薬膳でいきいき健康自立人

会 場：大阪公立大学中百舌鳥キャンパス B3棟 117 教室

講 師：（一社）国際ウェルネス薬膳協会

代表理事 黒川 眞妃子

参加費：500円（当日受付でお支払ください）

定 員：100名

主 催：さかいセカンドステージ応援団運営協議会

後 援：堺市・堺市教育委員会

## 公開講座講師の紹介

### 山口香代子さんプロフィール

管理栄養士・調理師・  
製菓衛生士・保育士



#### お薦めの一言

身体は食べたもので  
作られています。健康の為に、何を食べてらいい  
の？レシピをご紹介しますながらお話しします！

### 黒川真妃子さんプロフィール

国際中医師  
国際中医薬膳管理師  
国際薬膳調理師  
調理師



#### お薦めの一言

日常食べている食材には  
薬効が盛り沢山。養生薬膳で健康で楽しい毎日をお  
くりましょう！

## 申込方法

- ◆ 定員 100 名（先着順）
- ◆ 締切り 第一回・・・9月14日必着 第二回・・・10月12日必着
- ◆ 申込みは、メール・FAX・郵送で受け付けております。
- ◆ メールで申込の場合は、氏名・連絡先を記入の上、下記アドレスにお送り下さい。
- ◆ 郵送・FAX の場合は下記申込書に必要な事項を記入の上、送付先までご提出下さい。

#### —送付先—

〒590-0078 堺市堺区南瓦町 2-1 堺市総合福祉会館 2F  
さかいセカンドステージ応援団運営協議会事務局  
FAX：072-232-0029 メール：ss-daigaku@s.zaq.jp

- ※ 申込みが定員に達した後に受付けた方は、その旨連絡します。
- ※ 連絡のない場合は定員内で受講できます。直接会場にお越しください。
- ※ いただいた個人情報は今回の公開講座に必要な情報提供のみに使用いたします。

#### —お問い合わせ—

メール、FAX または事務局 川崎まで ☎ 090-1489-5121

## いきいき堺市民大学 第10期 公開講座受講申込書

申込み ○を付けてください		第1回	第2回
フリガナ			
氏名			
住所		〒 (      -      )	
連絡先 いずれかを 記入	TEL		
	携帯電話		
	FAX		
	メール		