



かつしか区民大学
全講座対象

2023 公開講座

2023年6月10日(土)

定員 10時～12時

70名

健康栄養 講座

シニア向け生活習慣病対策
食事工夫のススメ

講師 高橋美恵子 准教授

生活習慣病対策について、
食事の視点からお話する座学講座です。

対象者 15歳以上の方
受講料 無料
応募締切 5月22日必着

2023年9月30日(土)

定員 13時～15時

25名

つまもの 野菜学講座

つまもので美味しさを
倍にする日本人の知恵

講師 伊藤芳光

株式会社岸松 取締役 / 東京聖栄大学特別講師

藤島廣二 客員教授

刺身や焼き物などに添えられる「つまもの野菜」についてお話する座学講座です。

対象者 15歳以上の方
受講料 無料
応募締切 9月11日必着

2023年12月2日(土)

定員 10時～13時

20名

調理実習 講座

一人で作る！
家庭で出来るがぼちゃレシピ

講師 野口 栄 教員

(附属調理師専門学校)

講師のデモンストレーションを見てから、一人で実習を行います。

対象者 18歳以上の方
受講料 2,000円
応募締切 11月13日必着

※なお、感染症の状況により、講座内容に変更が生じる可能性があります。ご了承ください。

応募方法 往復ハガキに
講座名、氏名、住所、年齢、性別、
連絡先 をご記入の上お申し込みください

詳細は ホームページ
「生涯学習」 をご覧ください



東京聖栄大学
生涯学習センター

〒124-8530 東京都葛飾区西新小岩1-4-6
<https://www.tsc-05.ac.jp/>

◆お問い合わせ：03-3692-0211 (内線344)