


東京聖栄大学
健康栄養学部公開講座
講座番号 No. **2**

和食文化講座【座学講座】

<季節と素材を味わう、健康的で豊かな食生活>

「かつしか区民大学」対象講座

定員	70名	講師	東京聖栄大学健康栄養学部食品学科 教授 福留 奈美	
講座内容	美しく健康的な和食献立の基本を学び、毎日の食生活に役立てていただく講座です。 季節を感じる心や素材の味わいを大切に、 だしや「うま味」を上手に生かすコツをわかりやすく紹介します。 第5の味といわれる「うま味」を体験する時間もあります。			
実施日時	2026年11月28日（土）10:00～12:00			
会場	東京聖栄大学1号館（JR新小岩駅より徒歩1分）			
参加対象者	15歳以上の方			
申し込み方法	以下の①②いずれかの方法でお申し込みください。 ①Web応募フォーム（10月15日以降より受付開始） 詳細は「広報かつしか」もしくは大学ホームページトップページをご確認ください。 ②往復ハガキ 往復ハガキの応募方法はこちらをご確認ください。			
ご応募締切日	2026年11月16日まで（ハガキは必着） ※多数からの応募があった場合抽選になります			
費用	無料			
持ち物	筆記用具			