



# 旬の野菜を使った ウェルエイジング講座



ウェルエイジングとは、よりよく生きる  
よりよく年齢を重ねる（老いる）という考え方です

- 日 時 1月 31日(土) 午前 10時～正午
- 場 所 富合公民館 料理実習室(雁回館 1F)
- 講 師 vege-table 代表 持田 成子 さん  
(日本野菜ソムリエ上級プロ／熊本ふるさと職の名人)
- 対 象 どなたでも
- 定 員 20人
- 材料代 2,000円
- 締 切 1月 22日(木) 応募多数の場合抽選

## ★申込の方法★

- 往復はがき…往信はがきの裏面に講座名と住所・氏名・年代・電話番号を記入  
返信はがきには申込者の方の宛先を記入し、裏面は何も書かないでお送りください
- 窓 口 …返信用官製はがきをご持参ください
- パソコン、スマホから…富合公民館ホームページ

または二次元コードより

