

生涯学習 のススメ

申込方法

各講座は、市ウェブサイト内専用フォーム
または各ライフデザインセンターの窓口
で、お申し込みください



ご案内

場所 記載のないものは、各ライフデザインセンター
対象 記載のないものは、誰でも参加可
費用 記載のないものは、無料

東

ライフデザインセンター

鵜沼朝日町 3-163-2 ㊟ 月曜日、祝日 ☎ 058-384-0507



もう悩まない！

献立バリエーション術

管理栄養士が実践している献立のバリエーション
のコツをお伝えします。1 週間の献立を一緒に考える
ワークもあります（調理実習は行いません）。

日時 9月5日（土） 13:30～15:00

対象 小・中学生の保護者
定員 35 人（抽選）
講師 高山菜々子・管理栄養士
費用 300 円（当日支払）
持参品 クリップボード、筆記用具
申込期限 8月25日 12:00



中

中央ライフデザインセンター

蘇原中央町 2-1-8 ㊟ 月曜日、祝日 ☎ 058-389-1820



親子自然体験講座「昆虫食が未来を救 うのか!? 知って、見て、食べてみよう」

昆虫食は未来の食となりうるのか。そ
の可能性について、親子で楽しく学びま
しょう。試食もできます。



期日 9月20日（日） 10:00～12:00

場所 各務野自然遺産の森（各務字車洞）

対象 中学3年生以下とその保護者、18 歳以上

定員 20 人（抽選）
講師 岡本朋子・岐阜大学応用生物科学部准教授
費用 ▷受講料＝保護者と子どもペア400 円、18 歳
以上300 円▷教材費＝1 人500 円（当日支払）
持参品 水分補給用飲料
備考 甲殻類アレルギーの方は試食不可（教材費不
要）
申込期限 9月1日

川

島ライフデザインセンター

川島河田町 1028-1 ㊟ 月曜日、祝日 ☎ 0586-89-3686



お腹から元気に！

自分でできる腸もみ講座

腸について分かりやすく解説し、やさ
しい腸もみを学びます。



日時 9月20日（日） 10:00～11:30

場所 稲羽コミュニティセンター（上戸町 3）
定員 20 人（抽選）
講師 玉田裕子・腸もみマッサージセラピスト
費用 300 円（当日支払）
申込期限 8月20日