



好きを、編む。  
那須塩原市

三島公民館で学ぶ「令和8年度那須塩原市民大学」

参加募集!!

# ～発酵 DE 健康に!PART2～

皆さま、毎日発酵食品を食べていますか?発酵食品を食べることは腸内環境の改善、免疫力の向上、生活習慣病の予防と良いことづくめです。

講話や発酵食品を使った料理、工場見学など“発酵の基礎知識”を学びましょう。



発酵  
DELICATESSEN



## 【ワイン講座】

ワインのアルコール発酵と乳酸発酵について学びましょう

日 時: 11月7日(土)  
10時～12時

講 師: ワイン農家・醸造家  
山崎 賢子 氏

場 所: 会議室 1・2、調理室

参加費: 無料

## 【チーズ講座】

おしゃれな盛り付け方  
“チーズプラトー”に挑戦!!



日 時: 11月21日(土)  
10時～12時

講 師: So-boku 眞嶋 七恵 氏

場 所: 会議室 1・2、調理室

参加費: 1,500円



食品メーカーを訪ねる視察研修

## 【～日清製粉ミュージアム&ココファームワイナリーの旅～】

日 時: 11月26日(木)  
8時30分～17時30分

行 先: 群馬・足利方面

行 先: 日清製粉ミュージアム・正田記念館

・発酵レストラン(お昼)

・ココファームワイナリー

参加費: 4,000円程度

## 【薬膳料理講座】

発酵食品を使った身体に  
やさしい薬膳料理を堪能しましょう



日 時: 12月12日(土)  
9時30分～13時

講 師: 和ユール師範:野村真理子氏

助手: 菰田 浩子氏

場 所: 会議室 1・2、調理室

参加費: 1,500円

※発酵食品自体は作りません。

※講師・会場の都合、状況により内容・日程に変更がある場合があります。

【募集対象】 那須塩原市民 定員 20 名 ※定員を超えた場合抽選

【募集メ切】 令和8年 10月14日(水) 午後5時まで

【申込方法】 申込フォーム、電話または窓口でお申し込みください。

【受付時間】 火曜日から日曜日 9:00～17:00 ※月・祝日不可

【参加の可否】 10月15日(木)以降にお知らせします。

申込フォーム

