令和5年度 オンライン検証事業

オンラインで学ぶ

知れば知るほど… 奥深い♪

スパイスの魅力＆暮らしの中で楽しむ活用法

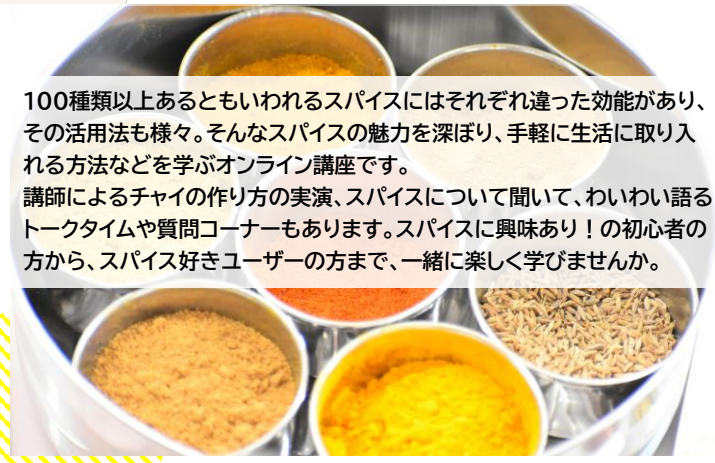
2024年 3/10（日）

10:00－11:30

オンライン（Zoom）開催

受講無料

サンプルスパイス付



100種類以上あるともいわれるスパイスにはそれぞれ違った効能があり、その活用法も様々。そんなスパイスの魅力を深ぼり、手軽に生活に取り入れる方法などを学ぶオンライン講座です。
講師によるチャイの作り方の実演、スパイスについて聞いて、わいわい語るトークタイムや質問コーナーもあります。スパイスに興味あり！の初心者の方から、スパイス好きユーザーの方まで、一緒に楽しく学びませんか。

対　象　どなたでも

定　員　10名程度（先着順）　要事前申込

ご準備いただくもの

◎Zoomが使用できるパソコンもしくはタブレット、スマートフォン（カメラとマイクが使用できるもの）
◎インターネットに接続できる環境（通信料等は各自負担）

◆ 講座で使用するスパイス（チャイ用）を事前に郵送します。
申込時に、送付先の住所をお知らせください。

申込方法　右記の二次元コード（申込フォーム）よりお申込みください ▸▸▸

質問もこちらで受付中♪

申込受付締切 ▸▸▸ 3/1（金）

〈受講申込みの方へ〉
- 事前にZoomのインストールをお願いします。
- 後日、Zoom入室用のIDとパスコードをEメールにてお知らせします。
- オンライン受講時、ZoomのビデオはONの設定をお願いします。

※令和6年2月4日（日）～15日（木）は、工事に伴い、アバンセが臨時休館となります。
この間のお申込み・お問合せについては返信等が遅れる場合がありますので、予めご了承ください。

〖講座の内容〗

◆ **スパイスのお話**

◆ **ライブクッキング －チャイの作り方－**
サンプルスパイスを手元に、講師の実演をご覧ください♪

◆ **トークタイム＆質問コーナー**
スパイスのいろいろな活用法や楽しみ方を紹介します♪
（スパイスについて気になることなど、講師への質問を事前に受付けています）

〈講師〉井上　亜耶 さん（食養生大学インドスパイススタジオ 代表）

福岡県在住。管理栄養士、薬膳コーディネーターの資格を持つ。
生まれつき治療法、治療薬がない免疫不全の持病をもつ。29歳の時にインドを旅したことをきっかけにスパイスの魅力に魅せられ、1年に一回訪れるようになる。北インド人シェフと共に2012年から6年間インド料理店を福岡市にて経営。その間スパイス料理を食べる日々が続く中で、自身の体の不調が改善されていき、薬を飲まなくても元気に過ごせるようになった。
この経験や知識を生かし、スパイスの知識や魅力、食養生の大切さを伝えるため、「食養生大学インドスパイススタジオ」を開業。料理教室、マンツーマン体質改善指導、食養生カリーの提供等幅広く活動をし、参加した生徒は2,000人を超える。

問合せ 申込先

佐賀県立生涯学習センター（アバンセ）
〒840－0815　佐賀市天神三丁目2－11　　TEL 0952-26-0011

※お申込みの際に収集した個人情報は、講座の運営のみに使用し、それ以外の目的に使用することはありません。
※講座の様子を撮影した写真はアバンセの広報紙やホームページ等に掲載させていただく場合があります。予めご了承ください。
※この事業は、佐賀県からの委託を受け、公益財団法人佐賀県女性と生涯学習財団が実施します。

私たちは持続可能な開発目標支援（SDGs）をしています