

**9/5、12、19** (すべて木曜日)

**10:00~12:00** ※3回連続講座

# 発酵調味料de腸活

美容と健康は私たちの永遠の課題です。発酵調味料を作って毎日腸活。

自分なりの、がんばらなくてもできる腸活術を見つけましょう!

【対象】 一般(中学生を除く15歳以上の方) 【定員】 24人

【受講料】 1,500円(全3回分) 【教材費】 1,500円(全3回分)

【講師】 腸活アドバイザー 藤田 ひとみ 【締切日】 7/16(火) 必着

- 応募者が定員を超えた場合は、締切日翌日以降に抽選を行います。
- 当選された方は、所定の期日までに当センター窓口で受講手続きをしてください。
- 受講できるのは当選者ご本人に限ります。また、介助者を除き受講者以外の同伴はできません。
- 受講手続き時に納められた受講料・教材費は、原則払い戻しできません。
- 入力されました個人情報、本申込事務以外には使用いたしません。

## 【応募方法】

お問い合わせ

名古屋市中村生涯学習センター

〒453-0044 名古屋市中村区鳥居通 3-1-3 TEL: 052-471-8121

### ●往復はがきによる申込方法

- ・往復はがきで、1通につき1講座ずつお申し込みください。
- ・下記の内容をご記入の上、中村生涯学習センターへお送りください。

〈往信用表面〉	〈返信用裏面〉
<p>63 0000 0000</p> <p>63 0000 0000</p> <p>中村生涯学習センター 行</p> <p>中村区鳥居通 三ー一三</p>	<p>何も記入しないでください。</p>

〈返信用表面〉	〈往信用裏面〉
<p>63 0000 0000</p> <p>63 0000 0000</p> <p>あなたの住所 あなたの氏名</p>	<p>①希望講座名 ②氏名・ふりがな ③郵便番号・住所 ④電話番号 ⑤年齢 ⑥その他</p>

### ●インターネットによる申込方法

- 名古屋市電子申請サービス  をクリック
- 名古屋市公式ウェブサイト内のリンクをクリック
- 電子申請サービスのトップページの検索欄に「中村生涯学習センター」と入力し検索
- ご希望の講座・事業を選択



電子申請サービスURL

- 締め切り** 「往復はがき」「インターネット」どちらのお申込み、各講座で指定された締切日<必着>です。
- 抽選** 応募者が定員を超えた場合には、締切日の翌日に抽選をします。
- 抽選結果** 抽選日以降に、往復はがきによるお申込みの方は返信用はがきにてお知らせします。また、インターネットによるお申込みの方は、メールにてお知らせします。