

令和7年度 南公民館 秋の主催講座



の生涯骨太クッキング教室

□□モを予防する為の栄養バランスの取れた食事を学びます。
みんなで楽しく料理を作って健康づくりに役立てましょう！

日程

時 間：10:00～12:00
会 場：南公民館
講 師：長崎市食生活改善
推進協議会南支部
定 員：20 人
材料費：500 円

回	期 日	学 習 内 容	備 考
1	10/8 (水)	◎開講式・オリエンテーション ・ミニ講話 ・レシピの説明 (何を作るかお楽しみ!!) ・調理実習 ・後片づけ ◎閉講式	持ってくるもの ・エプロン・ふきん・マスク ・三角きん・手ふきタオル ・筆記用具

●申込期間 令和7年8月1日(金)～令和7年8月31日(日) 必着

●申込方法

①電子申請システムによる申し込み

右下の2次元コードを読み取るか、長崎市電子申請サービスを検索し「令和7年度秋の公民館講座【長崎市南公民館】」から申し込む。

利用者登録せずに申し込む方はこちらをタップ→利用規約を確認して「同意する」をタップ→連絡先メールアドレスを入力して「完了する」をタップ→入力したメールアドレスに届いたURLをタップ→申込の画面に必要事項を記入して「確認へ進む」をタップ→「申込み」をタップ→「OK」→「閉じる」→申込受付完了メールが届く。

※タップとは指先で軽く画面を叩くことです。

②往復はがき(170円)による申し込み

講座名、住所、氏名、年齢、電話番号、返信用のあて名をお書きください。

③来館による申し込み

返信用はがきをご持参ください。

※応募者多数の場合は、抽選を行い結果をお知らせいたします。



●申込み・問合せ先

長崎市南公民館 〒850-0936 長崎市浪の平町7番19号
TEL095-825-0295 FAX095-825-0294

※南公民館のその他の情報は

長崎市南公民館

検索