

# 美味しく楽しく免疫力をあげる 発酵食品講座

美味しい簡単な発酵料理で免疫力がぐんぐんあがる！

発酵食品と健康の関係を正しく理解し、

毎日の食卓に生かせる手軽な発酵調味料の作り方や

上手な使い方を楽しく学びましょう。

【講師紹介】さくま・ゆみこ

発酵プロフェッショナル・発酵マイスター 上級認定講師として、一般社団法人日本発酵文化協会に所属。福島県出身。ホテル業界で飲食に携わりながら、ワインに興味を持ち、当時、東北初の女性ソムリエとして脚光を浴びる。

その後、<学びたい人の学びたい時のための「校舎のない学校」>を有志と設立し、発酵の第一人者である小泉武夫氏の発酵講座などを開催し、そこで発酵に興味を持つ。

2012年には、一般社団法人日本発酵文化協会の立ち上げメンバーとして参画し、以後 発酵をライフワークとする。また、発酵講師として活躍する傍ら、著名な方々を講師として招きながら食文化を楽しく身につける場づくりを行なっている。

有限会社メディア・サーカス代表。

[講師] 日本発酵文化協会 上級認定講師  
発酵マイスター・発酵プロフェッショナル 作間由美子



■日時 2021年7月7日、21日、8月4日、25日、9月8日、22日

■曜日・時間 水曜日 10:30~12:00 ■定員 16名

■受講料 全6回 6,000円（税込） ■会場 カルツツかわさき 中会議室3

■教材費 テキスト「免疫は発酵食品でぐんぐんあがる」1,430円（税込）

■カリキュラム 1回目：そもそも発酵食品てなんだろう

2回目：健康と発酵食品の関係

3回目：日本の発酵食品と世界の発酵食品の違い

4回目：バーチャル観覧学

5回目：手軽な手作り発酵調味料の作り方と使い方Ⅰ

6回目：手軽な手作り発酵調味料の作り方と使い方Ⅱ

■持ち物 筆記用具



<テキスト画像>

\*教材・持ち物・カリキュラムの内容は予告なく変更する場合がございます。詳しくは <カルツツかわさき> までお問い合わせください。

\*受講生が一定数に達しない場合や、感染症への対応などのため、やむをえず教室の開講を中止する場合がございます。

●募集期間：5月1日（土）10:00～6月30日（水） \*先着順のため定員数に達ししだい受付を終了させていただきます。

●お申し込み方法： ①<カルツツかわさき> 1階総合受付でのお手続き

②お電話によるお申し込み（☎ 044-222-5223）

③<カルツツかわさき> ホームページからWEBでのお申し込み

\*6月30日(水)18:00までに、<カルツツかわさき> 1階総合受付にて受講料のお支払いをお願いいたします。



感染症対策



消毒液を  
設置します



非接触型の  
検温を行ないます



施設の十分な  
換気を行ないます



全フロアの  
清掃を強化します

<お申し込み・お問い合わせ>

Tel. 044-222-5223

Fax. 044-222-5122

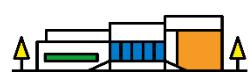
Mail. [acxs-kawasaki@c-linkage.co.jp](mailto:acxs-kawasaki@c-linkage.co.jp)

〒210-0011 川崎市川崎区富士見 1-1-4

<アクセス>

◎JR 川崎駅・京急川崎駅より徒歩 15 分

◎川崎駅東口バスターミナルより乗車 5 分「教育文化会館前」下車



カルツツかわさき  
川崎市スポーツ・文化総合センター