

【ぬか漬け講座】🥕🥕

超カンタン！無農薬で安心・安全なぬか漬け講座

日本伝統の発酵食品である『ぬか漬け』。

栄養と乳酸菌の宝庫で腸内環境の改善にも大活躍。

講座ではぬか床作りと取り扱い方等を学びます。(作ったぬか床はお持ち帰り頂きます)

美味しく、楽しく、健康に！

朝ごはん作りが朝メシ前になりますよ👩♀️🌟

講師：発酵食品ソムリエ 小島由香

@kojima.kitsukekyousitsu

【終活セミナー】👩👩👩👩👩👩

気になってはいるけれど・・・『自分の終活・親の終活』

なんとなく気が重くて進まない終活。

今年のうちにスッキリしませんか？

- ・一体何から始めたら良いの？
- ・みんなどうしてる？
- ・実家やお墓はどうするの？
- ・ネガティブなイメージを前向きに変えるエンディングノート活用術

座談会形式で気楽におしゃべりしながら考えてみませんか？

講師：終活アドバイザー・ファイナンシャルプランナー 小島由香

【スマホ教室】📱📧📷

スマホ📱に変えたけど使い方がイマイチ分からない。

カメラは無いけど、スマホで綺麗に撮影したいなど思った事ありませんか？

僕があなたのご要望にお応えします(*´~`*)♡

365日、毎日情報発信をし1年でフォロワー3000人越え

@tatsuno.akatombo が活用術をアドバイス👩🌟

- ・映えるカメラ撮影体験(人物、モノ、風景、料理)
- ・SNS活用術について (Instagramの使い方)
- ・使い方質問座談会 (お茶会しながら質問コーナー)

きっと、あっと驚く便利な活用術も学べます📱🌟

講師：インスタグラマー 坂井翼

@tatsuno.akatombo @[event_infomyu.jp](https://www.instagram.com/event_infomyu.jp)