

各種講座で健康やお酒の知識を身につけませんか？

会場・日時

★コラッセふくしま（福島市三河南町1-20）
7/11（土）・7/25（土）・8/9（日）

★会津アピオ 各回 14:00～16:00
8/22（土）

受講料 ※セミナー代、認定料含む

7,000円（税込）

受講内容

- 免疫とは何 ●腸内環境を整えて免疫力をあげる食事
- 善玉菌・悪玉菌・日和見菌のバランスは？
- 自立神経のON-OFFスイッチ
- 幸せホルモンを分泌させてストレス解消
- 笑うことでNK細胞を活性化させよう！
- 実践してみよう！免疫力アップ体操

わかりやすいイラストを交えてご紹介します

2時間
集中講座

定員
各回8名

病気に負けない健康な
体を手に入れましょう！

免疫力向上 アドバイザー 資格認定講座

「免疫力向上アドバイザー」とは？

生活習慣の中での免疫力向上ポイント、体内に侵入したウイルスや細菌から体を守る自己防衛のしくみ、そして免疫力アップ体操の体験、腸内環境を整える食事知識などを習得したい方向けの認定資格です。

人にはもともと自分で病気を治そうとする力が体に備わっています。そしてその働きを免疫といいます。ストレスの軽減や腸内環境を考えた食事などでも免疫力はUPします！免疫力を上げて病気に打ち勝つ力を強くしましょう！

「健康飲酒アドバイザー」とは、悪酔いや二日酔いを防ぐ方法や、アルコールが体内から抜けるまでの時間のメカニズムの知識を習得したい方向けの認定資格です。

健康飲酒 アドバイザー 資格認定講座

あなたはお酒に強い？弱い？
アルコール体質を簡単チェック！

会場
コラッセ
ふくしま

受講料
7,000円（税込）
セミナー代、
認定料含む

20歳になったら
飲む前に
学びましょう！

日時
7/4（土）
8/2（日）
14時～16時

2時間集中講座

一般社団法人日本酒学会認定

日本酒アドバイザー 資格認定講座

会場 コラッセふくしま 4階

日時 7/18（土）・8/23（日）

受講料 7,000円（税込） ※テキスト代、
セミナー代、認定料含む

14時～16時
2時間集中講座

定員各回8名
※お申し込みは
先着順となります

講座内容
・日本酒の原材料・ラベルの読み方
・日本酒の製造工程・日本酒の4タイプ分類

※テイasting体験はありませんが、
認定終了後、希望者のみ「コラッセ福島1F福島県観光物産館」
にて、地酒3種類のテイastingサービスの特典があります！

『日本酒アドバイザー』とは、気軽に日本酒の知識を
習得したい方向けの認定資格です。
（一社）日本酒学会認定の民間資格であり
日本酒のテイastingなしの基礎講座です。
体質的にアルコールが飲めない方でも20歳以上であれば受講できます。

一般社団法人 日本酒学会

事務局：〒960-8053
福島市三河南町1-20 コラッセふくしま6F
Email: info@j-sake.net http://www.j-sake.net

最新の開講情報は WEB で公開中！
詳しくはコチラ▶▶▶

★各申込みはWEBのみとなります



※各種講座の受講料支払いは、当日の現金受付とさせていただきます

講師

一般社団法人日本酒学会 代表理事
関口 もえ
(SSI認定 日本酒学講師 第418号)

健康食コーディネーター、唎酒師アナウンサーとしてセミナー講演、市民講座・カルチャーセンター・各種資格取得講座の講師、またイベント司会・MC、結婚披露宴会司会や地元ラジオのパーソナリティとしても活躍中。情報誌などでお酒コラムも掲載。セミナー講師・イベント司会の依頼も承っております。

