

各種講座で健康やお酒の知識を身につけませんか？

受講できる日を「1日だけ」選んでお申込みください。
2時間集中講座1回で資格をGET!
追加講座などもありますので、最新の情報はHPよりご確認ください

免疫力向上 アドバイザー 資格認定 講座

2時間集中講座

定員
各回8名

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！

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

病気に負けない健康な体を
手に入れましょう！



受講料

7,000円(税込) ※セミナー代、認定料含む

会場・日時

クラッセふくしま

福島市三河南町1-20

5/8[±]・6/12[±]・

7/17[±] 各回14:00~16:00

会津アピオ

6/26[±] 14:00~16:00

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御のしくみ、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。

開講スケジュールは常に追加・更新をしています。WEBで再確認してください

2時間集中講座

日本酒アドバイザー 資格認定講座

会場
日時

一般社団法人日本酒学会認定

定員
各回8名
※お申し込みは
先着順と
なります

クラッセふくしま 5/29[±]・6/19[±]・7/24[±]
各回 14:00~16:00

会津アピオ 6/26[±] 10:00~12:00

受講料 7,000円(税込) ※テキスト代、セミナー代、認定料含む

「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スティング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。

受講内容 ・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

テイスティング体験はありませんが、福島会場のみ認定修了後、希望者には「クラッセふくしま1F福島県観光物産館」にて、地酒3種類のテイスティングサービスの特典があります！

2時間集中講座

健康飲酒アドバイザー 資格認定講座



20歳になったら飲む前に学びましょう！
「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。

会場・日時

クラッセふくしま

7/10[±] 14:00~16:00

受講料

7,000円(税込) ※セミナー代、認定料含む

一般社団法人 **日本酒学会**

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

最新の開講情報 WEBで公開中！詳しくはコチラ▶



事務局：〒960-8033福島市万世町5-41 二瓶第2ビル4F404
Email:info@j-sake.net http://www.j-sake.net

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、啤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。

