

令和4年度 地域キャンパス講座〔上北地区〕 実施報告書

グリーンスムージーで健康生活

- 1 講師： 一戸 昭彦 氏 (野菜ソムリエ上級プロ)
- 2 日時： 令和4年10月13日(木) 10:00~11:00
- 3 会場： 青森県総合社会教育センター
- 4 参加者数 17名(東北町)
- 5 内容

- ・スムージーを試飲し、使われている野菜を当てる。
- ・クイズ形式で、野菜の見分け方や保存方法、栄養などを学んだ。

※東北町教育委員会主催の「いきいき教室」のバス研修旅行として開催したものの。

