

生徒様各位

健康ごはん塾 ちゅうがんじ みゆき

新型コロナウイルスによる健康ごはん塾の対応について (5)

緊急事態宣言の期間延期を受け、大変残念ながら健康ごはん塾でも通常授業の再開を延期致します。また、料理教室という特性上、複数人での授業については暫くの間お休みし、新しい生活様式に沿った授業をするための準備期間とさせていただきます。気持ちを切り替えて、5月は以下の通り2つの講座を開催致しますので、皆さま是非お気軽にご参加下さいませ。

健康ごはん塾 5月の講座

- ①zoom(web 会議システム)でのお話し会 (無料講座)
- ②各コースカリキュラムの補講授業 (マンツーマン対応)
- ③『元気に過ごす未来のための食養生』レシピ Best10♪ (6月予告)

① zoom(web 会議システム)でのお話し会 (無料講座)

日程：5/11 (月)、12 (火)、14 (木)、15 (金)、~~16 (土)~~

5/18 (月)、19 (火)、21 (木)、22 (金)、23 (土) **都合により 5/16 (土) →23 (土) に変更致します。**

*できるだけご自身の所属するクラスの曜日にご参加下さい。(クラスメイトに会える確率が高くなります)
ご都合がつかない方は、別日に参加して頂いても、もちろん OK です。

時間：10：00～12：00 (事前連絡の上、途中参加や途中退室も大丈夫です。)

内容：前半 免疫力を高めるための食事と過ごし方についてのお話 (薬膳と現代栄養学の二つの視点から)
後半 参加者の皆様とのお喋り会 (近況報告、情報シェア等)

申込み：5/5 (月)～5/9 (土) を申し込み&調整の期間とさせていただきます。

お申込み下さった方には、招待 URL または、ミーティング ID をご連絡致します。

- *できるだけ同じクラスの方と出会えるように、こちらで調整をさせて頂く場合があります。
- *参加者が1名のみの方は、ご相談の上、別日にお振替頂く場合があります。
- *キャンセルにつきましては、分かり次第で構いませんので、必ずご連絡下さい。

Zoomについて

zoomとはパソコンやスマートフォンを使って、セミナーやミーティングをオンラインで開催するために開発されたアプリです。初めてで使い方等ご不安のある方は、お申込み時にその旨お書き添え下さい。別途フォローさせていただきます。

(次ページへ続く)



② 各コースカリキュラムの補講授業（マンツーマン対応）

過去に受講できなかった回がある方は、この期間を利用してマンツーマンの補講授業をさせていただきます。
ご希望の方は、以下について記載の上、メールにてお申込み下さい。先着順に受付致します。
料金は既定通りです。

日程：5/11（月）、12（火）、14（木）、15（金）、~~16（土）~~、18（月）、19（火）、21（木）、22（金）、23（土）
★各日 14：00～17：30 のうち 1.5 時間程度 都合により 5/16（土）→23（土）に変更致します。

- ①お名前
- ②補講希望日時
- ③希望場所 横浜戸塚教室 か ご自宅（zoom）かのどちらかをお選び下さい。
- ④補講希望回 ○○コースの 第○回目の授業

③ 『元気に過ごす未来のための食養生』 レシピ Best10♪ （個人レッスン）

緊急事態宣言解除後も、ある程度の収束の目途が立つまでは、個人もしくは2名迄のレッスンをする予定で
おります。日程は決まり次第、ホームページにUPして公募致しますが、受講可能な日が限られている方は、事前
予約も承りますので、ご連絡下さいませ。

日程：6月から（予定）

時間：①10：00～13：00 ②14：00～17：00 各回1名 or2名様

場所：健康ごはん塾 横浜戸塚教室

内容：『元気に過ごす未来のための食養生』美味しくて簡単に作れるレシピ10品の調理実習

当日は講師と一緒に作りますが、大事なポイントや仕上げ等は講師がデモンストレーション致します。

出来上がった料理は、全品お持ち帰り頂きます。

費用：個人レッスン 8,000円 ペアレッスン（2名） 6,000円/人 （在校生価格）

持ち物：筆記用具、エプロン、ハンドタオル、持ち帰り用容器、必要に応じて保冷バッグ等

* 容器はご家庭にあるもの、数量をお持ち下さい。新たにご購入頂く必要はありません。

* ポリ袋/ラップ等は、教室のものをご使用頂けます。

申込み：以下について記載の上、参加予定日の2日前までにメールにてご連絡下さい。先着順に受付致します。

- ①お名前 ②希望日時
- ③その他特記事項（あれば）

お申込み・ご連絡先 kenko-gohan@ca.em-net.ne.jp またはLINE メッセージ

私自身も、初めての zoom 講座や個人レッスンを楽しみたいと思います。
皆様とお会いできることを楽しみにお待ちしております。

（次ページへ続く）





各コースの今後について

経済活動が停滞している中、たくさんの方が健康ごはん塾の今後を気にかけて下さり、心より感謝申し上げます。料理教室という特性上、新しい生活様式に沿うということを考えると、なかなか通常授業が再開できず、心苦しく思っております。皆さまにはご心配をお掛けして大変申し訳ございません。特に、新しく入塾される予定だった皆様は、このような状況で、ご不安に思われていらっしゃるかと存じます。

各コースの年間スケジュールは一旦リセット致します。通常授業再開の目途が立ちましたら、すぐに再スケジュールングを行い、皆様へご連絡致します。

健康ごはん塾は、希望をもって通常授業再開の時に備えております。これからもどうぞ宜しくお願い申し上げます。

最後になりましたが、皆様と大切なご家族の健康を心よりお祈りしております。

以 上

