

もっと輝く素敵女子になろう！

JAみなみ信州

女性大学



託児があるから
安心！

第11期生募集!!

- 期 間 2020年5月～2021年4月までの1年間（講座は毎月開催）
- 対 象 者 飯田・下伊那地域にお住まいの40代までの女性
年間を通じて受講できる方
- 受 講 料 5,000円（1年分：受講料・テキスト代・傷害共済料込）
※別途JA女性部費200円をいただきます。
※講座によっては別途材料費等がかかります。
- 託 児 お子様1人につき、年間1,000円（託児希望者のみ）
- 募集定員 50名（定員になり次第、募集を締め切らせていただきます）
- 募集締切 2020年3月31日（火）
- 申し込み 申込用紙を最寄りのJA支所にお持ちいただくか、FAXでお送りください。
※お申し込みいただきました方には後日開講式のご案内を送付させていただきます。



第10期の様子

組合員以外の方も
大歓迎！

班ごとでの
楽しい調理実習



料理や健康など幅広く学ぶ
通常コース

本場の音楽に合わせて
フラメンコ体験



農業体験ができる
農業コース



営農指導員による
営農指導

第11期女性大学カリキュラム

| | 通常コース | | | 農業コース | |
|-----|--------------------------|----------------------------------|---|--------------------------|------------------------------|
| | 開催日程 | 講座タイトル | 内容 | 開催日程 | 内容 |
| 5月 | 5/13 (水) 10:00~12:00 | 開講式 JAについて知ろう! | 開講式、自己紹介、オリエンテーション、各部署から事業紹介 | 5/22 (金) 10:00~12:00 | 農業コース① 説明、畑の準備、種まき、植え付け |
| 6月 | 6/10 (水) 10:00~13:00 | 南信州の おいしい農産物クイズラリー | みなみ信州にはおいしい農産物がいっぱい! 実際に畑を見ながらクイズに答えよう! | 6/22 (月) 10:00~12:00 | 農業コース② 種まき・植え付け・ 収穫・管理 |
| 7月 | 7/15 (水) 10:00~12:00 | 夏に向けてシェイプアップ! Let's空手エクササイズ | 空手の動きをエクササイズに!夏に向けて女性らしいしなやかなボディを手に入れよう! | 7/10 (金) 10:00~12:00 | 農業コース③ 収穫・管理 |
| 8月 | 8/4 (火) 10:00~13:00 | 親子チャレンジ 地元の食材満載 ドラム缶ピザに挑戦! | 夏休み親子でチャレンジ!地元で採れる野菜を ふんだんに使ってピザ作り。ドラム缶 「Spica Special」で焼き上げます! | 8/19 (水) 10:00~12:00 | 農業コース④ 収穫・管理 |
| | 日時未定 | 女性部:クッキングフェスタ | | | |
| 9月 | 9/8 (火) 10:00~12:00 | 和の作法「礼法」を学ぶ 正しい知識を身につけ大人の女性に! | 訪問時と応接のマナーや物の受け渡しの作法など、正しい知識・常識を身につけて、ワンランク上の女性をめざしましょう。 | 9/15 (火) 10:00~12:00 | 農業コース⑤ 種まき・植え付け・ 収穫・管理 |
| 10月 | 10/16 (金) 10:00~13:00 | 薬膳料理でデトックス 女性の体の養生法を学ぼう | ス薬膳講師の青山先生による料理講習会。女性の体の変化を知り、年齢に合わせた体のケアを学びましょう。 | 10/23 (金) 10:00~12:00 | 農業コース⑥ 収穫・管理 |
| 11月 | 11/12 (木) 10:00~13:00 | 「私の味噌が一番おいしい!」 簡単!味噌作り | 同じ材料でも違う味に?混ぜて漬けて自分だけのオリジナル味噌作り。これぞホントの手前味噌☆ | 11/18 (水) 10:00~12:00 | 農業コース⑦ 収穫、片付け |
| 12月 | 12/15 (火) 10:00~12:00 | 初心者でもできちゃう! 簡単可愛いレジンアクセサリー | 「Handmade factory miriel」さんを講師に、クリスマスにピッタリなレジンアクセサリーを手作りしよう! | | |
| | 日時未定 | 女性部:女性フェスティバル | | | |
| 1月 | 1/27 (水) 10:00~12:00 | ムダ・モレ・不足をなくそう! 賢い保険術 | その保険、今のあなたに合ってますか?ライフアドバイザーが保険証券の見方をわかりやすく解説。みなさんの不安や疑問にお答えします! | | |
| 2月 | 2/19 (金) 10:00~12:00 | お金の育てるために FPが教えるライフプラン | ファイナンシャルプランナー (FP) がライフプランの見直し方を伝授!あなたにピッタリのお金の育て方を見つけよう! | | |
| 3月 | 3月上旬 | 卒業旅行 日帰りバスツアー | もうすぐ卒業。仲間と一緒に日帰り旅行で思い出作り!行き先はみんなで決めますよ♪ | | |
| 4月 | 4/14 (水) 10:00~13:00 | 開講式 | 1年間ありがとう!開講式と南信州の食材を使ったランチ交流会 | | |



※日程・講義の内容等は変更する場合がございますのでご了承ください。

お問い合わせ先・お申し込み先

JA みなみ信州本所 総務課 担当:中塚・下井

TEL: 0265-56-2300 / FAX: 0265-56-4400 HP: <http://www.ja-mis.iijan.or.jp/>

JA みなみ信州 第11期女性大学 受講申込書 どちらかに○ <<JAに自分名義の口座が ある・ない >>

| | | | | | |
|------|----------------|------|---|-----|--|
| ふりがな | | ご住所 | 〒 | | |
| お名前 | | | | | |
| 生年月日 | S・H 年 月 日 (歳) | 電話 | | FAX | |
| | | 携帯電話 | | | |

(開会式の通知を郵送にて送りますので、アパート・マンション名までご記入ください)

お子様の有無 … 無・有 (人)

| | | | |
|--------|---------|-----|---------|
| 託児希望 | ふりがな | | |
| する・しない | お名前 | 男・女 | 男・女 |
| | (歳 ヶ月) | | (歳 ヶ月) |

※お申込みいただいた個人情報は、JA女性大学の運営のみ使用させていただきます。

申込期限: 令和2年3月31日(火) (※定員に達し次第、締め切らせていただきます。)