

令和 6 年 11 月 5 日

高柳町地区内のみなさま へ

高柳地区コミュニティ振興協議会

健康づくり応援（健康・福祉事業）

食からの健康

茶葉の恵み講座



茶は薬として端を発し、文化として広まり、今はお茶を
囲んでのコミュニケーションや健康を助けるための飲み物
としても利用されています。

普段、ご自宅でよくお茶を飲まれるかと思いますが、飲
み終わった茶殻をポイっとゴミに捨ててしまうのはもった
いない!!まだまだ栄養成分が残っているんですから活用し
ませんか？

今回は、『茶殻の活用方法』と題し

- ・茶殻を使ったおにぎり
- ・茶殻を使ったお浸し など

お茶の楽しみ方を学びます。



日 時: 令和 6 年 11 月 13 日 (水)

午後 1 時 30 分 ~ 約 1 時間 30 分

会 場: 高柳コミュニティセンター 大会議室

講 師: 増田恵子 先生 (年頭屋茶舗)

参加費: 500 円 定 員: 10 名

申込メ切: 講座開始日の 1 週間前まで

【お問合せ・申込み先】高柳地区コミュニティ振興協議会 (TEL&FAX 41-2234)



キ リ ト リ セ ン

「健康応援事業『茶葉の恵み講座』」参加申込書

お 名 前	地区名	電話番号	備 考