### 【鋤禾】食好物-健康飲食特色講座

### 客家的特色醃漬物種類眾多，要如何才能吃的健康又美味呢？

### 歡迎來聽聽營養師的做法，讓醃製物融入料理中有更多不同的變化吧！

### 免費報名，享醃漬好物伴手禮乙份唷！

### ‧講座內容

時間 / 106年8月12日(六)上午10:00~11:30

地點 /池上地牛故事館(池上客家產業交流中心)2F會議室

對象 / 對客家醃漬文化及健康飲食有興趣的你

人數 / 30人 #有意願者快快報名

‧講座流程

10:00-10:10 學員簽名報到

10:10-11:00 營養師教您吃出健康客家味

11:00-11:30 Q&A 互動時間

### ‧注意事項

1. 報到時間：報名成功的民眾，請於活動前10分鐘完成簽名報到。
2. 活動流程可能依天氣、現場環境進行調整，主辦單位保有修正之權利。
3. 交通資訊：

●大眾運輸工具：

(1)搭乘鼎東客運山線8161、8173，於慶豐站下車後沿台9線北上續行約1公里，即可到達。

(2)搭乘台鐵至池上車站下車後，轉計程車或租賃機腳踏車沿中正路轉台9線北上方向行進約2公里，看見池上檢查哨木造建築後轉入即可到達。

●自行開車前往：池上客家產業交流中心位於台9線約320公里處台東縣與花蓮縣交界附近，池上檢查哨旁。自行開車者可循台9線北上、南下路段行駛即可到達。

**對講座有問題～歡迎洽詢喔！**

池上客家產業交流中心-2017活動小組

電話：089-237128  魏小姐或陳小姐 (週一～週五）10:00~12:00；13:30~17:00

E-Mail：chishanghakka@gmail.com。  
FB粉絲團：https://www.facebook.com/chishanghakka

**指導單位：客家委員會 主辦單位：池上鄉公所 協辦單位：綠地設計**