

和田公民館講座

薬膳講座 と 料理教室

楽しく美味しく
薬膳で夏バテを
吹き飛ばそう！

日時：9月27日（土）

9:30～10:30 薬膳基礎講座
10:30～12:00 薬膳料理実習
12:00～13:00 実食

場所：和田公民館1階 調理室

持ち物：エプロン、三角巾など

薬膳について基礎的なことを学んだあと、
実際に調理実習を行います。

夏バテ気味の身体にやさしい薬膳料理です。

材料代
1,000円

定員
先着8名

申込開始日→8月22日（金）
申込×切日→9月19日（金）

講師

^{ホリ}堀 ^{サチコ}様子先生（舞鶴料理学院）

平成元年4月より、舞鶴料理学院に入る。公民館、
舞鶴勤労者福祉会館等で料理教室の講師を務める。
国際中医師・国際薬膳師・国際薬膳調理師 等

お申込み・お問い合わせ

和田公民館 TEL.0770-72-1325

