

薬膳スープ講座 ～春の養生法と献立作り

季節の変わり目に弱い方にお勧めの薬膳料理講座です。

体質チェックで自分の体質を知り、自律神経訓練法や花粉症対策薬膳茶で体質改善！

全4回薬膳スープの実習があります。

講師は高野ともこ先生です。



実施日時 : 第1回 3月 4日(月)
第2回 3月11日(月)
第3回 4月15日(月)
第4回 4月22日(月)
各日 10:30~12:00

場 所 : 沼ノ端コミセン 料理室

定 員 : 10名

参加費 : 4900円 (全4回分)

持ち物 : 手鏡(初回のみ)・エプロン・布巾2枚・筆記用具

締 切 り : 2月28日(木)

申込方法 : 沼ノ端コミセン事務所で、申込み用紙ご記入のうえ、参加費を添えてお申し込みください。

お問合せ : 沼ノ端コミュニティセンター

☎ 0144-57-5560

主催 : 沼ノ端コミュニティセンター

指定管理者 NPO法人ワーカーズコープ