

# 福山市聴覚障害者 地域活動支援センター

TEL973-8577  
FAX973-8578

西町1丁目19-2

お料理講座

講義と調理

## 夏の薬膳料理

体質や体調、季節や気候によって食材の選び方や食べ方を変えて健康を守る薬膳。

夏の薬膳について学んで調理をし、おいしくいただきますよう！！

メニューは **3品** 薬膳茶 が付きます

冷やし餃子



トウモロコシと  
スペアリブのスープ



抹茶入り  
豆腐もち



**9:30～講義 10:30～調理・試食・片付けの予定です。**

**食中毒に注意が必要な時期なので、持ち帰らず時間内に食べます。**

日 時	7月4日（木） 9：30～12：30		
場 所	支援センター 会議室 ・ 西交流館 実習室		
講 師	張 恵燕（チョウ ケイエン）さん		
持 参 物	エプロン・マスク・三角巾・飲み物・ 自分用の手ふきタオルとふきん・筆記用具		
材 料 費	約 1,000 円	定 員	約 12 人
締 切 り	6月25日（火）		



**どなたでも参加できます。たくさんのご参加をお待ちしています。**