



お料理講座

薬膳料理

～ 秋の養生と薬膳料理 ～

やくぜん

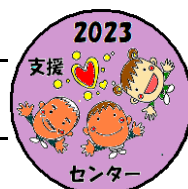
薬膳とは「旬の食材」や漢方の原料となる「生薬（しょうやく）」を組み合わせて作る、体に良い料理のことです。

気持ちの良い秋の季節を元気に過ごすために、
薬膳の知識を学んで、体が
喜ぶ食事を作りましょう。

**メニューは、デザート付きの4品です。
お楽しみに！！**



日 時	10月13日（金） 10:00～12:00
場 所	西交流館 実習室
講 師	にしや かなこ びせんどうやつきょく 西谷 加奈子 さん（美泉堂薬局）
持 参 物	エプロン・マスク・三角巾・飲み物 自分用の手拭きタオルとふきん
材 料 費	1,000円
定 員	10人
締 切 り	10月6日（金）



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。