

## ゆたっと楽しむ薬膳料理教室

たのしく、美味しく、元気に美しく、薬膳料理を学びましょう！



スーパーで買える食材で作る薬膳料理教室です。

「薬膳のきほん」を楽しく学び、おいしく食べて、より元気に美しくなりましょう。

**日程** 毎月土曜日 月1回

4/19・5/10・6/14

7/12・8/9・9/13

申込締切日：4月12日(土) ※定員に達し次第締切

**時間** 11:00~14:00

**定員** 20名 **回数** 全6回

**総受講料**

受講料：1回1,300円 全6回 7,800円（税込）

材料費：6回分合計 13,200円

**持参品**

エプロン・筆記用具・タオル

**講師** 熊谷 優子

手抜き・時短・節約大好き！のんびり薬膳料理研究家。  
国際中医薬膳管理師、野菜ソムリエ、伝統発酵醸師。  
ベジフルフラワーアーティスト・プライマリー。