



薬膳料理とは？

体調や季節に合わせて、食材の力を活かす“体にやさしいごはん”です。

今回は、春に向けてご家庭で簡単に作れる薬膳料理を学びます。

冬の間にたまつた疲れをリセットし、春を健やかに迎える準備をしましょう！

◆日 時：令和8年**1月20日(火)**

10:00～13:00

◆場 所：並木まちづくりセンター 調理講習室

◆講 師：ままごとキッチン 前田 純子 氏

◆内 容：薬膳のお話と調理実習

◆定 員：9人(先着順)

◆費 用：1,000円

◆持 ち 物：筆記用具、エプロン、タオル、布巾、手鏡

◆申 込み：令和8年1月6日(火)～1月13日(火)

電話・窓口にて受付け

9:00～17:00 ※月曜日を除く

☎04-2998-5911

