

## 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

4/20・5/11・6/1

7/13・8/3・9/7

申込締切日：4月13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 19,800円

持参品

エプロン・筆記用具

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。