

ゆたっと楽しむやさしい薬膳料理教室

楽しく、美味しく、元気に美しく、薬膳料理を学みましょう！



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

10/7・11/4・12/2

1/6・2/3・3/16

申込締切日：9月30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

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、野菜ソムリエプロ、伝統発酵醸師