

九州芸文館アカデミー

## ゆたっと楽しむやさしい薬膳料理教室

## 講座内容

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。

- 1回目 春の香を楽しもう!&卯月の薬膳料理
- 2回目 春から夏へ～立夏の養生&薬膳料理
- 3回目 梅雨の養生&水無月の薬膳料理
- 4回目 夏を乗り切る 夏バテ対策&薬膳料理
- 5回目 うるおう秋を目指そう!長月の薬膳

## 開講曜日

土曜日(月2回程度)

## 講座時間

11時～14時

## 講師

くまがえ ゆうこ  
**熊谷 優子**

手抜き・時短・節約大好き!  
のんびり薬膳料理家  
国際中医師、国際中国薬膳管理師、  
野菜ソムリエプロ、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

1回目	2回目	3回目	4回目	5回目	6回目
4月11日	5月9日	6月13日	7月11日	8月8日	9月12日

## 受講料

全6回 7,800円(税込)

※受講料は、総合案内にて初回に一括徴収いたします。

## 材料費

全6回 13,200円(税込)

※材料費は、初回時に講師が一括徴収いたします。

## 持参道具

エプロン、三角巾、タオル、筆記用具

## 教室

九州芸文館 教室工房5

