

西区民センター 随時講座 受講生募集

初開催  
料理教室

# 美レシピ

…彩り野菜をたっぷり使った「美レシピ」料理講座…

カラダの中から美しく!おいしくキレイに!



アボガドとサーモンのパスタ



ゴーヤのステーキ



クランベリーの簡単ミルフィーユ

※写真はイメージです。  
メニューは変わることがあります。

メニューに合ったテーブルコーディネートのご紹介もあります!

◆日時 5月28日(土) 11時~14時

(試食タイムを含む)

◆場所 西区民センター 3階 料理教室

◆定員 先着24名

◆参加費 2,200円 **お申込み時にお支払い下さい。**

(※5月22日(日)以降のキャンセルのご返金はできません)

■持物: エプロン、三角巾(頭を覆うもの)、  
手拭いタオル、筆記用具



料理研究家  
**HITOMI** 先生  
~プロフィール~

TV: NHK 徳島放送局料理コーナーに6年間出演中(2014年2月NHK社会貢献賞)

雑誌: 特別号 mina(主婦の友社)2015年  
パワーフードを掲載

NumeroTOKYO(扶桑社)心理テストから選ぶ  
レシピを掲載

☆徳島、神戸、東京でクッキングショーや  
料理教室を定期開催

☆食べられるアロマで人生が変わる体験  
イベントを定期開催

申込み方法

3月26日(土)より西区民センター窓口にて先着順で受付!

・・・お問い合わせ先・・・



(公財)神戸市民文化振興財団 西区民センター  
〒651-2273 神戸市西区靴台5-6-1 (第3月曜休館日※祝日は開館)

☎ 078(991)8321

(公財)神戸市民文化振興財団は神戸環境マーク(MKEMS)の認証を取得し、環境保全に努めています。みんなの知恵(節電やグリーン購入)で環境にやさしい街に。