須磨区民センター　随時講座

おいしいおうち薬膳 料理教室

特別な材料は使いません。薬膳の知恵を取り入れて
「なんとなく不調」を退散させましょう

場　所 ３階 料理教室
定　員 16名
参加費 2,200円（材料費込み）
（お申込み時にお支払い下さい）
※6月12日(水)以降のキャンセルのご返金はできません

6月18日(火)
10:30～13:00
（試食タイム含む）

おいしいおうち薬膳です！

ともクッキングサロン主宰
講 師：新吉 友子

今回は不快な梅雨時を
快適に過ごすための薬膳献立です

＊梅 蒸 し 豚＊
＊きのことモロヘイヤの昆布あえ＊
＊枝豆と緑茶のごはん＊
＊レモンヨーグルトゼリー＊
※メニューは変更になることがあります

当日持参するもの
・エプロン
・三角巾（頭を覆うもの）
・手ぬぐいタオル
・筆記用具

お申込み方法　参加費を添えて須磨区民センター2階の窓口でお申込みください（先着順）

■お問合せ／お申込み
須磨区民センター　休館日：第３月曜日（祝日の場合は開館）
TEL：078-735-7641　FAX：078-735-7644
（公財）神戸市民文化振興財団 須磨区民センター
〒654-0035 神戸市須磨区中島町1-2-3

Facebook　ホームページ

(公財)神戸市民文化振興財団は神戸環境マネジメントシステム(KEMS)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。