

入山辺農村女性委員会
公開講座

中垣英美先生の「薬膳講座」

薬膳ライフカウンセラーの中垣英美先生のお話と実習です
薬膳料理を学び、寒さに向かうこの時期に体調を整えましょう

- 1, 日 時 令和7年10月21日（火）10:00～13:30
- 2, 場 所 入山辺公民館 調理室・講座室
- 3, 募集人数 先着順 20名（男性女性・会員の関係なくどなたでも）
- 4, 講 師 中垣英美先生（薬剤師・国際中医薬膳師・臨床漢方カウンセラー）
- 5, 参加費 1,500円（食材費）
- 6, 持ち物 エプロン・マスク・三角巾・ハンカチ・筆記用具
- 7, 申し込み 入山辺農村女性委員会 百瀬携帯（090-9359-1867）へ
- 8, 締め切り 10月10日（金）但し、定員になり次第締め切らせていただきます



実習例

主催：入山辺農村女性委員会
後援：入山辺公民館