



風邪に負けない

冬の薬膳料理

身体を温め、免疫力を高めると言われる薬膳料理を作って冬の寒さから身体を守りましょう。クコの実、松の実など生薬を使った消化のよい仙人粥と蛸と長芋のキムチ和えを作ります。風邪に負けない身体づくりを始めましょう。

2024年

1月13日(土)13:30~16:00



*画像はイメージです

会場 築地社会教育会館

対象 18歳以上

定員 14名

(申し込み多数の場合は抽選)

参加費 3,500円

(材料費・保険料込み)

締切 12月24日(日)

【講師】山本美香

Bari cooking class代表。

薬食同源の考えを元に料理を編み出す料理人。

国際薬膳食育師。

【お申し込み・お問い合わせ】

中央区立築地社会教育会館

〒104-0045中央区築地4-15-1

TEL: 03-3542-4801 FAX: 03-3542-3696

<https://chuo-shakyo.shoppro.co.jp>

右のコードからLINEのお友だち登録できます



【主催 中央区立築地社会教育会館】

お申し込みから受講までの流れ

お申し込み方法

築地社会教育会館窓口

※日本橋・月島社会教育会館、アートはるみの窓口でもお申し込みいただけます。

電話またはFAX（下記問い合わせ先をご覧ください）

受講のご案内

※12月24日（日）申し込み締め切り。申し込み多数の場合は**抽選**となります。

※当選の方には12月25日（月）以降、参加証を送付いたします。

落選された方にはキャンセル待ちの順番の入った案内ハガキを送付いたします。

※参加費は当日、開催会場でお支払いください。

個人情報の取り扱いについて

講座お申込時に収集した個人情報について、個人情報の漏えい・流出・不正利用がないよう適正な管理を行い、当館（中央区社会教育会館）が主催する事業以外には使用しません。

また当館が主催する講座や催し物等のご案内をお送りする場合があります。不要な方はお申し出ください。

***公共交通機関をご利用ください**

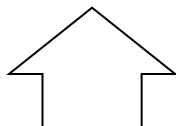
持ち物：エプロン、三角巾（バンダナ）、手拭き用タオル、髪の長い方はまとめるもの、500～600ml程度の（プラスチックの）食品保存容器2個、保冷機能付きバッグ（持ち帰り用）、筆記用具

お問い合わせ先

築地社会教育会館（日比谷線・都営浅草線 東銀座駅 6番出口 徒歩5分）

〒104-0045 中央区築地4-15-1 電話 03-3542-4801 FAX 03-3542-3696

築地社会教育会館 宛



F A X : 03 - 3542 - 3696

風邪に負けない 冬の薬膳料理 参加申込書

ふりがな

お名前

〒
ご住所

お電話番号

メモ

（ご希望・ご質問などありましたら、お書き添えください）