

生涯学習市民講座

おいしく学ぶ 食文化講座

『からだ想いの薬膳レシピ』

薬膳って…前から気になってた！でも難しそう？特別な食材が必要？！
この講座では、薬膳についての知識や家庭で気軽に実践できる薬膳料理を楽しく学びます。毎日の食卓に役立つ薬膳の知恵を、一緒に学んでみませんか？

日 時：9月18日(金)10時～13時

定 員：16名

講 師：中国食文化研究家 板谷 秀子 氏

テーマ：薬膳について～日常薬膳とは～

参加費：1500円

メニュー【残暑を乗り越える食事】



- ・ 緑豆粥 ・ トマトの出汁漬
- ・ 麻婆豆腐 ・ 杏仁豆腐
- ・ 茉莉花茶



お申込み・お問合せ

泉台市民センター

小倉北区真鶴1丁目5-15（真鶴会館2階） 電話：571-3281

お
願
い

市民センターの駐車場は真鶴会館北側(小倉西高校側)に1階5台・2階5台あります。壁に「泉台市民センター利用者専用」と記載の場所のみ利用可能です。それ以外の真鶴会館駐車場は利用できません。満車の場合は近隣の有料駐車場をご利用ください。なお、市民センター駐車場をご利用の際は、2階センター事務所で受付をお願いします。