



<対象事業>

下諏訪町食育応援隊の講座

梅雨の薬膳

—薬膳の知識で梅雨を乗り切る—

梅雨対策のために薬膳料理はいかがでしょうか？スーパーで買える食材で手軽にできる“梅雨の薬膳”を紹介します。

日時	令和6年 6月5日 (水) 午前10時00分 ~ 午後12時30分
内容	作り方の説明、調理実習、試食
メニュー	<ul style="list-style-type: none">・ 黒豆ハトムギご飯・ 鶏肉の豆乳クリーム煮・ 春雨ともやしのサラダ・ 緑豆薄荷茶

- ☆会場 下諏訪総合文化センター2階 料理実習室
- ☆対象 下諏訪町在住・在勤の方
- ☆講師 下諏訪町食育応援隊 石垣 麻衣子 先生
- ☆持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具、持ち帰り用タッパーなど
- ☆受講料 1,500円 (材料費)
- ☆定員 8人

☆申込み方法

- ①下諏訪町公民館の窓口にて直接申し込み ②電話での申し込み

受付開始：5月9日(木)午前9時

受付時間：平日9:00~21:00

※先着順受付、定員になり次第締め切りさせていただきます。

※申込後、受講料は1週間前までにお支払いください。

また6月1日(日)以降にキャンセルした場合、受講料をお返しすることが出来ません。

申込み・問合せ
下諏訪町公民館
TEL：28-0002