

夏の薬膳料理教室



気温も湿度も高い日本の夏。体の中にも余分な水分が溜まり易くなります。余分な水分が滞ると、胃（消化器官）の働きが低下しやすいのです！夏バテ予防に薬膳を使った料理を習得しませんか？

日時：6月19日(水) 10:00~14:00

場所：西部地区公民館 (片付け終了までの時間です)

(別府市鶴見園町5組)

講師：野村 安佐子 先生

材料費：500円

募集：20名



※組合員ではない方も参加できます!

※申し込み多数の場合、抽選となります。お断りの時のみご連絡いたします。

持ち物：エフロン・三角巾・ハンドタオル

薬膳とは・・・漢方薬の素材や異なる薬効のある食物を取り合わせ、健康増進を図ろうとする食事のことをいいます。



託児あります!
(無料)

〆切 6月7日(金)

《メニュー》(予定)

- ◇ 夏野菜の洋風そうめん
- ◇ トマト麻婆豆腐
- ◇ 豚肉の山芋シソ巻き
～梅風味蒸し～
- ◇ 麦茶と小豆のデザート

【お申し込み・お問い合わせ】

コープおおいた日出センター コーディネーター ひらた

1.メールの場合

2.電話の場合

メールアドレス:

080-2705-0314

oita.coop.beppu@icloud.com

平日9:00~13:00

- ①名前
- ②連絡先(電話番号)
- ③組合員番号
- ④託児のお子様の名前
(フリガナ・年齢)



※機種によって
読み込めない
場合があります



