

旬の素材を生かした薬膳料理の講義と料理実習で 地域住民の健康を増進する「薬膳料理教室」を開催します

市民の関心が高い健康食について学習する機会を提供し、地域住民の健康の増進に寄与することを目的に、「薬膳料理教室」を開催します。

当日は、元伊勢原市立小学校栄養士で、中医薬膳専門栄養士・国際薬膳師の芳賀光子氏を講師に迎え、旬の食材を生かした薬膳料理の講義と料理実習を行います。

1. 日時

令和 6 年 6 月 27 日（木）午前 9 時～午後 1 時

2. 場所

伊勢原南公民館 1 階 集会室・学習室（東大竹 854）

3. 参加者数

15 名（申込み順）※満席

4. 献立（予定）

- ・主食……緑茶ご飯
- ・主菜……ひじきの塩つくね
- ・副菜……季節のサラダ
- ・スープ……長芋とズッキーニのカレースープ
- ・デザート……黒豆と豆乳プリン

5. 取材について

取材・撮影を希望される場合は、事前に以下の問い合わせ先までご連絡ください。

担当・問い合わせ先

伊勢原南公民館 0463-92-1210