

# 冬の恵みを食卓に

～旬の野菜を使って体の内側から

冬支度を始めましょう～

動物性食品を使わずに、野菜をたっぷり使った料理を作ります。

講師が説明しながら作った料理を試食するデモンストレーション方式の料理教室です。

平成30年 11月7日(水) 山澄地区公民館 料理室(潮見町14-14、Pあり)

10:00～12:00 講師が説明をしながら調理

12:00～ 試食 冬養生のお話 & 質疑応答

参加費 800円(材料費) \*厳選したお野菜や調味料を使用します

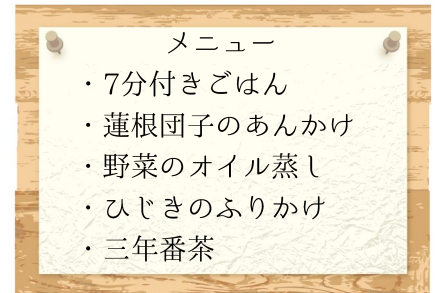
定員 16名 要申込み

託児 あり(無料10名まで、午前のみ、12時からの試食はご一緒に)

持参物 筆記用具・エプロン

申込み 電話・メール・HP申込みフォームよりお申込み下さい

締切り 10月31日(水) \*お早めにお申込み下さい



メニューは変更する場合があります



講師

山口 末実(やまぐち まつみ)さん

佐々町にて旬の滋養をいただく料理教室「たわわごはん」主宰  
調理師・ムスビの会マクロビオティックインストラクター修了  
正食協会師範科修了



ファミリーサポートセンター佐世保

〒857-0024

佐世保市花園町101-1

TEL:0956-42-1848 FAX:0956-42-4643



← ホームページQRコード



佐世保市  
子育て応援