



秋を味わうイタリアン薬膳料理講座

～ 季節の恵みで心と体をととのえる、やさしいイタリアン～

秋の食材を用い、心と体をととのえる“やさしいイタリアン”を学ぶ講座です。季節の恵みをいかした簡単レシピと、食材の効能・養生ポイントをわかりやすく紹介します。

日時：令和8年10月24日（土） 10：30～13：30

場所：文化会館3階 料理室

対象：忠岡町内在住在勤及び当館クラブ生

定員：16名（先着順）

参加費：1,000円

持ち物：エプロン・三角巾・手拭きタオル・布巾・飲料

講師：なかなが ゆきこさん（国際薬膳調理師）

申し込み：10月2日（金）～16日（金）参加費を添えて事務所まで

（なお申込締め切り後の返金は致しかねますことご承知おき下さい。）

【問合せ】 忠岡町文化会館（月・火・祝日は休館） ☎0725-33-1151

