

気血水を整える 薬膳スープ①

薬膳の基本となる考え方を学び、身近な食材で気・血・水のバランスを整える薬膳スープをつくります。



*昨年度の写真です。内容は写真と異なります。

2024年

【日時】6月22日(土) 9時30分~11時30分

【募集】15人

【参加費】2500円

【持ち物】エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具

【講師】十河 ゆみさん

薬膳フードデザイナー、薬膳ライフデザイナー

薬膳上級コーディネーター

陰ヨガベーシック・陰ヨガ経絡インストラクター

【申込】5月11日9時窓口にて先着順、

10時電話にて先着順



*いただいた個人情報は施設利用管理の目的以外には利用いたしません。



横浜市仲町台地区センター 横浜市都筑区仲町台 2-7-2

045-943-9191

<https://www.tsuzuki-koryu.org/nakamachidai/>



*状況により中止となる場合があります。予めご了承ください。