



中央公民館主催講座

かんたん薬膳教室

身近な食材で作ることができる夏の薬膳や過ごし方を学び、自然の恵みの力で心と体を整えませんか！

日時 5月23日(木)
10:00~12:00

場所 中央公民館2階 調理室

講師 久保 敦子さん
(国際中医薬膳師)

定員 16名
(応募者多数の場合は抽選)

参加費 1,000円

申込方法 電話または窓口で直接申し込む
※平日9:00~17:00

締め切り 5月13日(月)

申込先 津山市大谷600 津山市中央公民館 ☎24-5111



きりとり

【かんたん薬膳教室参加申込】窓口へ提出またはお電話にてお申し込みください

開催日 令和6年5月23日(木)午前10時~正午

申込期限 5月13日(月)まで 津山市中央公民館

お名前	電話番号
ご住所 〒	