



調理実習メニュー 「タンドリーサバ」
「セロリとクワイの紅麴炒め」

◎薬膳茶と主食と薬膳デザートも合わせて試食します。

※ エプロン、台布巾、食器用布巾を各1枚、筆記用具をご持参ください。

※ 基礎資料、食物性味表（赤い本）をお持ちの方はご持参ください。

※ 髪の毛の混入を避けるため、三角巾の着用、髪をまとめるなど衛生面の配慮にご協力ください。

日時：平成30年10月27日（土）

13:00～16:00 （開始時間30分前より受付）

※ 先に講義を聞いてから調理実習となります

会費 4,500円
定員 20名

（お申込みが6名未満の場合は中止することがございますので予めご了承ください）

申込締切 10月23日（火）

会場 神明いきいきプラザ 4F 集会室C

港区浜松町一丁目6番7号（受講票に詳細の地図を載せます）

- JR「浜松町駅」北口より徒歩4分
- 都営大江戸線「大門駅」A2出口より徒歩3分
B1出口より徒歩4分
- ちいばす(芝ルート)みなとパーク芝浦→新橋駅
「プラザ神明バス停」目の前

申し込み問合せ

①お名前 ②希望時間 ③受講票お届け先のご住所（郵便番号も） ④緊急時連絡用のTEL・メールを明記のうえ、下記あてにメールでお申込みください。

★ お申込み後3日以内に、お申込み受付の返信をいたします。万一こちらからの返信がない場合には、連絡が届いていない可能性があります。

お手数ですが、再度、お申込みをお願いいたします。

e-mail：tanaka959@team-e.name（田中）

※ メールのタイトルに「10/27 薬膳教室申込」とご記入ください

主催 おうた薬膳倶楽部

おうた薬膳倶楽部は国際催眠師、国際薬膳師、管理栄養士、調理師の資格をもったメンバーが日々の暮らしに合った薬膳普及のため活動しております。