

心と身体をととのえる

2026年9月15日(火) 10:00 - 12:00

季節の薬膳料理教室 その二

残暑の養生ごはん



写真はイメージです

トマトと豚肉の薬膳スープ 大根ごはん 杏仁クレープ

季節の食材を使った薬膳料理です。
生薬は使用しません。

参加費 2,500 円

定員 8名

対象 18歳以上の方

会場 料理実習室

持ち物 エプロン、三角巾、台ふきん、
食器用ふきん、持ち帰り容器、
保冷剤、保冷袋



真辺 明子 先生
Luakaha Cooking

調理師・国際中医薬膳管理師

千葉市中心に韓国料理教室、親子料理教室、

こども料理教室、こどものおやつ教室等を開催

申込締切 / 9月4日(金) 抽選 / 9月5日(土)

応募多数の場合は抽選とさせていただきます。当選結果は当選者のみお電話にてお知らせいたします。

ご当選後のキャンセルは、全額キャンセル料が発生いたします。

薬膳料理教室～予告～ 1/19 冬の養生ごはん

お申込み
お問合せ

TEL 043-420-8001

千葉市中央区千葉寺町 1208-2



参加申込QR



千葉市中央区 蘇我コミュニティセンター
ハーモニープラザ分館

○京成〔千葉寺〕駅徒歩6分

○バス停〔ハーモニープラザ〕徒歩1分