

薬膳で始める 健康生活

“さまざまな不調を改善し、病気を予防することのできる薬膳”

いつもの身近な食材で薬膳ごはん！

美味しく楽しく一緒に学んでみませんか？

日時 10/3（金）10：00～12：30 （全1回）
会場 浜名協働センター 料理教室
講師 おうち薬膳いっぽ 斎田瑞穂 先生
内容 座学、調理、試食 など
材料費 2,000円（講座開催時にお支払いください。）
定員 15人（応募多数の場合は抽選）



8/4（月）～8/18（月）に浜名協働センターの窓口、またはフォームからお申込みしてください。（窓口は日曜祝日を除く8:30～17:15の受付です。）

当選結果は、8/25（月）～9/1（月）に、市HP「浜名協働センターからのお知らせ」、協働センター内の掲示で、当選された方の受付番号を掲載して発表します。

電話でのお問い合わせでもお知らせします。

※浜名協働センターからのお知らせ ⇒



※学習成果活用事業とは？

市民の皆さんが主体となって講座や教室を企画・運営する事業です。

お問い合わせ

浜名協働センター 担当：井田

電話 053-587-4134

（日祝を除く8:30～17:15）

キ リ ト リ セ ン

参加を申し込みします。 令和 年 月 日

受付番号

講座名	薬膳で始める健康生活		
住所	浜松市 区		
氏名（ふりがな）		電話番号	