

2016年度

体をととのえるお食事の会

2016年度のお食事の会は、お食事と新しくお料理の学びを合わせた形式で月一回開催いたします。食事会に各回とっておきレシピの学習(映像または実習&レシピ)を加え、日々の暮らしに薬膳の学びをより生かしていただけるよう企画いたしました。

◆概要

日程 毎月 第二金曜日
時間 昼の部 12:00~14:00頃まで
夕の部 17:00~19:00頃まで
料金 5,000円
定員 15名様



◆各月テーマ

1	4月8日(金)	「薬の解毒」 ※終了いたしました
2	5月13日(金)	「肉の解毒」 ※昼夕とも満席、キャンセル待ち受け
3	6月10日(金)	「魚の解毒」 ※昼夕とも満席、キャンセル待ち受け
4	7月8日(金)	「心臓を守る」
5	8月12日(金)	「白砂糖の害と甘味の摂り方」
6	9月9日(金)	「海藻の効能」
7	10月14日(金)	「玄米の効能」
8	11月11日(金)	「妊活・男性版」
9	12月9日(金)	「妊活・女性版」
10	2017年 1月13日(金)	発酵食 『味噌』
11	2月10日(金)	発酵食 『醬(ひしお)』
12	3月10日(金)	発酵食 『漬け物』

お問合せ・お申込み やまと薬膳

ご予約は各月2ヶ月前の1日より承り、開催日の3日前まで、先着順とさせていただきます。

※4月のお食事の会の予約の場合は2月1日~4月開催日の3日前まで。

お申込みは、電話・ファックス、もしくはメールにてお願いいたします。

mail info@yamatoyakuzen.com TEL&FAX 0744-57-9038

①予約希望日②お名前③住所④電話番号⑤メールアドレス⑥参加人数(お一人のご予約で3名様まで)⑦その他(希望や事前に伝えておきたいこと※食物アレルギー等)お知らせください。

★キャンセルの場合は3日前迄にご連絡くださいますようお願い申し上げます。