

シリーズワークショップ イロハすてっぷ

ゆるっと薬膳

～季節の養生～

全3回

参加者
募集!!

事前申込要

“やってみたい”の一步先へ♪

一つのジャンルのワークショップを全3回に渡って開催します。

今回のイロハすてっぷは、薬膳! 季節に合った養生を暮らしに取り入れましょう。

すてっぷ ①

8/23 土

10:00～13:00

熱中症予防の
トマトのレシピ3選

すてっぷ ②

10/11 土

10:00～13:00

秋風吹いたら潤い三倍
木耳と山芋とナツメのお粥

すてっぷ ③

1/25 日

10:00～13:00

冷えに負けない
薬膳カレー

会 場

パレットとっとり市民交流ホール

鳥取市弥生町323-1

TEL(0857)39-2555 FAX(0857)39-2550

パレットとっとり市民交流ホール

検索

<https://palettehall.jp>

講 師

乾 康彦さん

(イヌイ薬局 国際中医専門員)

定 員

各回9名

参加費

各回1,500円

持ち物

エプロン、手拭きタオル、マスク

お申込み

パレットとっとり市民交流ホール

TEL(0857)39-2555

※お申込みの締切:各回開催日の1週間前

※定員になり次第締め切ります

主催:鳥取商工会議所

後援:鳥取市中心市街地活性化協議会

本通パーキングをご利用の方に
割引駐車券を販売しております。