

# 男性の薬膳料理教室

～暑さと湿気から体を守り、夏を元気に過ごそう～

本格的な夏への準備として、湿気対策・暑さ対策を薬膳料理で行ってみませんか。

7月4日(日)

10:00~13:00

持ち物：エプロン・三角巾

参加費 600円

**注意**

お申し込み後、6月28日(月)以降のキャンセルは参加費600円をお支払いいただきます。



講師 竹本 晶子さん (国際薬膳調理師)

プロフィール

鳥取県倉吉市出身、北栄町在住。

鳥取女子短期大学を卒業後、栄養士として勤務。2018年に国際薬膳調理師を取得。

現在は、管理栄養士として勤務しながら、休日に小規模な「ゆるゆる薬膳教室」

を倉吉・米子で開催している。

また、近頃、全日本薬膳食医情報協会の認可施設の認定を受けた。

## ◆メニュー◆

はとむぎと枝豆のごはん  
鶏肉のソテー、トマト酢がけ  
かぼちゃのアーモンド和え  
春雨スープ 豆乳かんでん



場所：鳥取大丸5階 プレイヤーズキッチン

定員：8名 (要申込・先着順)

対象：市内または近隣町在住・通勤通学する男性

手話通訳を希望される方は6月20日(日)までにお申し込みください。

## 【申込・問い合わせ先】

鳥取市男女共同参画センター「輝なんせ鳥取」

電話 (FAX) : 0857-24-2704

Mail : danjyo-center@city.tottori.lg.jp

※メールでの申込は、返信をもって受付完了といたします。

## ◆諸注意事項◆

- お車でお越しの方は大丸駐車場(日ノ丸パーキング)をご利用ください。受講時間分のサービス券を発行します。
- 新型コロナウイルス感染症の感染予防対策を取りながら行います。検温・アルコール消毒等のご協力よろしくお願いいたします。



フェイスブック



電子申請