

あい・ぽーとガーデンカフェ〈夏〉の特別企画

薬膳で夏の養生

夏の疲れが出る頃。あい・ぽーとガーデンカフェで薬膳メニューをご担当の新井先生が、薬膳のお話と、人気のレシピを教えてくださいます。座学の後はみんなでランチ★生活の中に薬膳を取り入れ、普段の食材で、楽しく美味しく、家族みんなが健康的に食卓を楽しむコツを一緒に学びましょう。



講師名：新井 友加里先生 (国際中医師・国際中医薬膳師)



日時：8月7日 (月)

11:30～12:00 2Fホールで「薬膳のおはなし」

12:00～12:30 親子でランチをしながら先生とトークタイム
〈ランチメニュー〉

「夏バテ知らずの 薬膳スープ と 薬膳おにぎり」



対象：あい・ぽーと会員の保護者とお子さん

定員：20組 (※講座開講最少人数は4名とさせていただきます。)

参加費 (ランチ親子1.5名分付き)：港区内 1,000円・港区外 1,200円を前払

*急なご事情によりご参加頂けなくなった場合は、代替りの会員さんへお譲り頂くことも可能です。

持ち物：筆記用具・乳児さんはバスタオルなど

受付：6/27 (火) 10:00～先着順にて受付

*受付は、お電話か窓口でお受け致します。

ご入金：7/24 (月) までに窓口にてお支払いください。

※期限内にご入金頂けない場合はお電話にてその旨ご連絡ください。

※ご連絡なく入金がない場合は、他の方にお譲りさせていただきます。予めご了承下さい。

*ランチはあい・ぽーとにて召し上がっていただきます。

時節柄、お持ち帰りをご遠慮ください。