

「甘酒活用術」

～夏から秋へ体を整える～



日時：**平成29年9月7日(木) 13:30～15:00**

場所：**名越やすらぎセンター(材木座2-15-3) 大広間**

内容：夏の疲れを取り除き、秋を健康的に過ごすため、発酵食品である「甘酒」の効能について学び、食事に摂り入れられる簡単アレンジ料理をつくる。

対象：**市内在住の60歳以上の方 先着30名**

講師：**渡邊 公子さん (「食」研究家)**

教材費：**500円**

持ち物：エプロン、タオル、布巾

申込み：**名越やすらぎセンター ☎25-1188**

9月1日受付開始

