

薬膳の世界を覗いてみませんか？

ホームメイド

薬膳のイメージって？

漢方薬が入っている！ と思っていませんか？

いえいえ、毎日食べている食事が、もうすでに薬膳なんです。

じゃあ、薬膳って何？

ということで、薬膳のお話と春の養生について、サクッとお伝えします。

日時 4月6日(月) 12:30~14:00

場所 ゆらね

料金 1,000円

伝える人 薬膳インストラクター にしだ みつよ



春の薬膳ランチが

付いています。

