



二十四節気と陰陽五行を用いた 養生のお話と食事会

【日本蘇りの会主催】



「節分」「立春」を控え、春に向けて冬を乗り切る養生食と巻きずし

令和6年1月、一番寒い最後の「大寒」から「立春」に移り変わる冬土用「節分」「立春」のおすすめ献立を陰陽五行に基づいて身体に必要なモノを自家製発酵調味料を用いて、皆で楽しみながら作って、食します。寒い冬を乗り越えて素敵な春がやって来る。食べることは生きること！おいしい笑顔で一緒できることを、楽しみにしております。

日時:令和6年1月26日(金) 9:40~12:00

講師: はっこう生活案内人 羽室陽子先生
(発酵食品ソムリエ 食生活アドバイザー)

参加費: 5000円

持ち物: エプロン

会場: ドーンセンター天満橋 4F 調理室



お申込み



住所: 540-0008 大阪市中央区大手前 1-3-49

電話 0669108500

京阪・地下鉄谷町線「天満橋」駅下車。1番出口から東へ約350m。

大阪シティバス「京阪東口」からすぐ。



(お振込先口座) 口座名義 日本蘇りの会 郵貯銀行 記号 14150 番号 77698011
他金融機関からの振込の場合【店名】四一八 (ヨンイチハチ) 普通預金 口座番号 7769801

※申込締切 1月20日

24 節気料理講習会	お申込み用紙	FAX (06) 6379-5338
ご芳名		
ご住所 (〒)		
電話番号	FAX 番号	
携帯番号	E メールアドレス	

☆お申込み・お問い合わせ先: 日本蘇りの会 (篠原レイ子) 090-4646-0251

E-mail: lotus@wbc-net.co.jp

<http://www.wbc-net.co.jp>