

【豊かな暮らし講座】

オリジナル マイ七味づくり

様々な効能や効果が
秘められているスパイス。
日々の食生活にどのように活かす
ことができるのか教えていただき
ながら自分好みのフレーバーな
七味をつくります。



日 時

9月20日(土) 16:00~17:00

場 所

舞鶴公民館 講堂・学習室

講 師

スパイスフレーバー 一木 英之さん

対 象

舞鶴地区にお住いの中学生以上の方

材料費

900 円(当日徴収)

定 員

10名

持ってくるもの

手拭きタオル

申込み

窓口または電話(☎771-3541)で

9月1日(月)~受付開始 先着順

9月18日(木)締切り

主 催

舞鶴公民館