



OOMUGI.

季節や体調に合わせた食材のセレクト、
家庭で作れるオリジナルレシピの紹介、
ワンプレート料理の試食付き講座のご案内 

次回テーマ（予定）
vol.2：11月 ストレス解消
vol.3：2月 冷え解消

O u c h i で 旬 菜

福井市の食材を旬の時期に。おいしく。

9/9（月）締切



TOMATO.

日にち：令和元年9月16日（月・祝）
時 間：14時～16時
場 所：喜ね舎 ザ ベジテラス
テーマ：残暑を乗り切る薬膳
食 材：鷹巣梅、らっきょう、ミズダコ...
対 象：福井市内在住・在勤の方
定 員：30名（抽選）
参加費：1,500円（試食・ドリンク付）

講師：池田陽子（いけだようこ）氏
薬膳アテンダント。国立北京中医薬大学日本校にて、
国際中医薬膳師資格取得。暮らしの中で手軽に取り
入れられる薬膳の提案をセミナーや執筆で行う。
『ゆる薬膳。』（日本文芸社）など著書多数。



ENOKI...



申し込み・問い合わせ
ふくいを食べよう！地産地消連絡会
（福井市農政企画課内）
TEL：0776-20-5420
FAX：0776-20-5740
メール：nousei@city.fukui.lg.jp

申し込み様式は裏面にて。

ふくいを食べよう！ 地産地消連絡会 行

(福井市農政企画課内)

締切：9/9 (月)

O u c h i で 旬 菜 講 座

参 加 申 込 書

フリガナ		年 齢	才
氏 名			
フリガナ			
住 所			
T E L			
メー ル			

F A X : 0776-20-5740

メー ル : nousei@city.fukui.lg.jp