



令和5年度 教育月間行事

# 今日からできる はじめての薬膳講座



みやぐに ゆきえ

講師：宮國 由紀江氏

(琉球薬膳料理研究家)

日時：令和6年1月24日(水)

午前10時30分

場所：うるま市立中央図書館

2階 会議室

定員：20名(うるま市在住の方)

参加費無料

受付：令和6年1月10日(水) 午前10時～



薬膳の基礎知識や身近な食材の  
効能・活用術を楽しく学びましょう。

