

冬の温活-初めての菜膳-

身体のなかから温まりたい

“菜膳”で
難しそう…

手足の冷えが
辛い…

そんな方に！

日常生活に取り入れやすい基本の菜膳のお話を聞いて、
温かな冬を過ごしましょう♪

日時：令和6年1月26日（金）

18：30～19：30

場所：宮城野区中央市民センター 第2会議室

講師：スタジオソラ主宰 おがたなおこ氏

定員：15名（先着順）・参加無料

申込：1月10日（水）10：00～

窓口・電話・又は二次元コードから



主催



公益財団法人
仙台ひと・まち交流財団

宮城野区中央市民センター 791-7015

お申込の際にいただいた個人情報は、この講座の運営のみに使用いたします。