

マクロビオティック教室

玄米、野菜、海藻、豆類を中心とした身体にやさしい
マクロビオティックのお料理！！
今回は米粉シリーズお楽しみに！



日時 H30.4. 18(水) 10:30～13:30

定員 8名 参加料金 3,800円 (税込)

※ 締め切り日 H30.4.13(金)

※エプロン、おてふきタオル、筆記具を持参ください！

メニュー

- ・米粉パン
- ・グリーンピース煮
- ・春野菜のクリームシチュー
- ・米粉カスタードプリン



(場所)

山本ヨガ研究所 スペースあい
神戸市灘区阪急王子公園駅東出口
下車徒歩2分
水道筋商店街 ライオンズマンショ
ン王子公園第203号室

お問い合わせ先

講師 岩岡 由美子

TEL: 080-4018-8372

MAIL: yumimaru8372@ezweb.ne.jp

<講師プロフィール> 岩岡 由美子

山本ヨガ研究所養成講座44期卒業

正食協会認定マクロビオティック師範 米粉マイスター

ナチュラルフードマイスター

出産後の体質改善を求め、マクロビオティックと出会う。

現在は、自宅にてマクロビオティック料理のプライベートレッスンも実施しています。