

「薬膳って何？」

～基礎知識と予防医学～

和漢薬膳師やパーソナルヘルスコンサルタントの資格をお持ちの講師から、薬膳に関する基礎知識と身近な生活の中で取り入れる方法を学びます。また、病気になる前に心身ともに健康な身体づくりを目指すヒントを見つけましょう！

スープの試飲も
ありますよ！

(イラストはイメージです)



※アレルギー対応は
していません。

令和8年10月19日（月）午前10時～正午

場所：三箇牧公民館 2階 集会室3

講師：山代 裕美さん

対象：市内在住または通勤・通学の方

定員：20名（多数抽選）

保育：満2歳以上の未就学児5人まで

※保育締切：10月9日（金）

持ち物：水分補給の飲み物・筆記用具

簡易電子申込は
こちらから



申込：10月5日（月）～10月9日（金）まで、電話・簡易電子申込または直接三箇牧公民館窓口へお申込みください。

※定員に達しない場合は、10月13日（火）から、電話・公民館窓口のみ申込順に受付します。

電話・窓口の受付時間：平日午前9時～午後5時15分（土・日・祝除く）

※お聞きした個人情報は他の目的には一切使用しません。

主催・申込先：高槻市立三箇牧公民館

高槻市三島江1-11-8 TEL：072-677-0965