



もっと野菜食べよう！
ミニ講座

「酢」



最古の発酵調味料といわれる「酢」は、料理に酸味やコクを与えたり、防腐・抗菌といったはたらきだけでなく、さまざまな健康効果もあります。その実力を知って、日頃の生活にぜひ「酢」を取り入れてください！

4/10 (水)
14:00~14:30

4/25 (木)
14:00~14:30

※ 同じ内容の講座を2回実施いたします。

申し込み不要
無料
定員 先着12名

場所

ららぽーと柏の葉 北館3F
まちの健康研究所「あ・し・た」

本講座は、原則まちの健康研究所「あ・し・た」の会員様向けとし、会員でない方の体験参加は2回までとさせていただきます。

以降は、会員登録（無料）の上、引き続きご参加くださいますようお願いいたします。



まちの健康研究所「あ・し・た」
ワンポイントアドバイザー
料理研究家 大瀬由生子

主催：まちの健康研究所「あ・し・た」
04-7197-7713

