



もっと野菜食べよう！
ミニ講座

春を味わう

「春キャベツ」

今月のテーマは「春キャベツ」。

冬を越えた春キャベツは、柔らかくて葉の巻きがゆるく、甘味が強めです。

特徴や上手な使い方を大瀬先生と学んで、旬の春キャベツを味わいましょう！



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

新型コロナウイルスの感染防止のため、
当分の間定員を6名とさせていただきます。

ソーシャルディスタンスを保って
ご着席ください。



3/11 (金)

14:00~14:30

場所

ららぽーと柏の葉 北館 3F
まちの健康研究所「あ・し・た」

3/15 (火)

14:00~14:30

申し込み不要、無料、
定員 先着6名

※ 同じ内容の講座を2回実施いたします。

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。

主催：まちの健康研究所「あ・し・た」 04-7197-7713

