

# 霧島薬草 料理教室

移住者×地域  
交流イベント

～インド・アーユルヴェーダ

とのコラボメニュー料理～

霧島山で採れた薬草を使ってヘルシーなアーユルヴェーダ料理を作ります。和ハーブとスパイスをふんだんに使った健康メニューです。調理後、試食会を行います。

と き 平成29年10月15日(日) 10:30～14:00

ところ ほほえみ館（食生活改善室）

講 師 幸田麻紀氏（3年前に高原町に移住。川平区在住）

定 員 15名（申込順）

参加費 1,500円（材料費）

メニュー（予定）

- ・ドクダミ薬膳カレー
- ・よもぎのチャパティ
- ・柿の葉スープ
- ・スギナのゼリー
- ・薬草茶



チャパティづくりの様子

申込方法 電話・メール・FAXいずれかの方法で、参加者の①氏名  
②住所③電話番号をお知らせ下さい。(10/10(火)〆切)

協 力 (有)山下薬草店

## 【申し込み先】

まちづくり推進課 地域創生戦略室

〒889 - 4492

宮崎県西諸県郡高原町大字西麓899

TEL : 0984 - 42 - 2128 FAX : 0984-42-4623

E-mail : machi@town.takaharu.lg.jp

※当イベントは昨年度実施した移住者と地域との連携事業  
「魅力発見ツアー」の継続イベントになります。