



第2回 ^{うるわし} 美し雑の会 (2/23)



ふくさで作るひな様



おひな様も笑って
いました。



出来上がったステキな
ひな様に笑顔



健康セミナー



健康セミナー (花の体験)

みそづくりセミナー



食べられる日が
まちどおしいです

こんなに簡単に
出来るとは思い
ませんでした

仕込みがラクラク!!
手作りみそキット使用

☆健康増進セミナー 3月より新メニューがはじまります。
3/22(金) 10:00~13:00 ※参加費 1500円
健康づくりの基本は、自然治癒力を高めることです。

「心身共に健康な人」への体験をしてみませんか

セミナー内容

- ・美を楽しむ
- ・MOAの食事法
- ・岡田式浄化療法体験
- ・療法士によるプレゼンテーション

<3月のご案内>

☆絵画教室は9日(土)、15日(金)、19日(火)、
27日(水)です。13:30~(土曜のみ 18:00~)

☆あなただけのオシシサ! みそづくりセミナーは2日(土)
ご要望・ご希望があれば1人からでもお応えします。

※参加費は材料費込で2000円

☆ミニ茶会 9日(土) 併せて手づくりひな人形の展示

<3月の料理教室メニュー>



黒豆寿司
茶碗蒸し
小松菜とすき昆布の
炒め物