

安全野菜で健康生き生き！

男の

横須賀 真奈美さん

料理教室inいしのまき

参加者
募集中

料理教室で新たな発見、リフレッシュ！
復興庁の「心の復興」事業として「心の農園プロジェクト」を始めています。農園で「微生物農法」での野菜づくり。
日頃のストレス解消！共同作業でワイワイガヤガヤ！仲間づくりと地域づくり！収穫した野菜で交流会！
横須賀真奈美さんの指導による料理教室は、その一環で地域交流として開催します。

<参加費無料>

参加定員は30名とします。

日時：2015年7月12日（日）10時～13時
会場：石巻商業高等学校調理室

住所：石巻市南境字大樋20



横須賀真奈美さんのプロフィール

料理研究家（調理師 国際薬膳師 ジュニア野菜ソムリエ）

東日本放送の「突撃！ナマイキTV」の「ナマなキッチン」に出演中！

茨城県出身 短大卒業後 調理師専門学校を経て料理学校講師となる。独立後に料理研究家としてラジオ・テレビの料理コーナーに出演。大手メーカーの料理講師等も務める。鍼灸師免許も所持。仙台市内で「ごはん塾マンナビーイング堂」を主宰。



主催：「心の農園」プロジェクト

<問い合わせ先：NPO法人 石巻支援・復興支援センター>

TEL/FAX: 0225-96-4334 E-mail: info@i-support.or.jp

URL: <http://www.i-support.or.jp> URL: <http://ouentai.net/nouen/>

後援：石巻市