



塩麴づくりから学ぶ健康料理教室

新南陽地域づくり
推進室 主催講座

発酵のある暮らしで、毎日健康で笑顔があふれる食生活を送りませんか。

令和8年2月12日(木)午前10時～12時30分

◎ 対 象 富田西地区にお住まいの方

◎ 場 所 ほのぼの会館

(周南市大神二丁目7-24)

※右図専用駐車場をご利用ください



◎ 定 員 8名(先着順)

◎ 申込期間 令和8年1月13日(火)～2月6日(金)

◎ 受付時間 平日:午前8時30分～午後5時15分

◎ 内 容 塩麴・健康料理作り(試食・お土産付)

◎ 講 師 藤原 真希 先生(管理栄養士)

◎ 参加費 500円(当日支払い)

◎ 持ち物 エプロン、マスク、三角巾、持ち帰り用容器

◎ 申込先 新南陽総合支所 地域政策課 地域づくり推進室

電話 0834-61-4107(住所・氏名・電話番号をお伝えください)



【MENU】

・塩麴鶏のやわ
らか煮
・ごはん

・蒸し野菜の塩麴
ドレッシング
・手作り塩麴
約200g(持帰)

