

専門家の興味深い話を聞ける

文化講座

世界の料理から見る 生活の知恵

料理は始末が大切。丸ごと食べるから栄養に



日時

1月14日(日) 13:00

場所

神総本部^{しんこうのやかた}信光会館2階
(^{ひかりのやかた}偉光会館に中継)

講師

料理研究家 ^{おぎのきょうこ}荻野恭子

人間は、食べること、休むこと、働くこと、この
三つのバランスを保つことで、元気で過ごせます。
長生きする^{ひけつ}秘訣は、体内リズムを整えることです。

講師略歴

東京都出身。女子栄養短期大学卒業。和洋中、エスニックなどの専門家から技術を学ぶ。料理教室「サロン・ド・キュージーヌ」を主宰。テレビの料理番組や雑誌などで活躍している。

『ロシア料理—豊かな大地の家庭の味』『ロシアの郷土料理—大地が育むユーラシアの味』（東洋書店）『家庭で作れるロシア料理』『家庭で作れるトルコ料理』（河出書房新社）『1つの生地です餃子も、めんも、パンも！』（文化出版局）など、多数の著書がある。

入場無料！

信者籍のない方も気軽にご参加ください