

# MyStyleおーくしょっぷのご案内

四街道ショールームのキッチンスペースを利用したIH調理実演&健康にまつわる食のセミナー。  
 ご近所の方や工事をして頂いた方の楽しい集いの場として、自分らしい暮らし作りのヒントを見つけませんか？  
 お友達と一緒に、お散歩ついでに... お気軽にどうぞ。

## 頭のいい子に育つ 育脳レシピ講座

4/25 (金)

10:00~11:00  
(定員15名)



- お弁当にもお昼ランチにも。
- かわいい育脳プレート

### MENU

- スモークサーモンの手まり寿司
- 新鮮にんじんヒツナのクミン炒め
- スイーツのようなコクと滑らかさ！  
ひみつのとろろスープ

※アレルギーのある方はご相談ください。

- 春の乳和食 &
- アンチエイジング御膳

### MENU

- ミルク親子丼
- 高野豆腐のミルク煮
- 新鮮じゃが芋とねぎの  
おいしい減塩味噌汁

※アレルギーのある方はご相談ください。

## おいしいー!! 健康レシピ講座

4/25 (金)

14:00~15:30  
(定員15名)

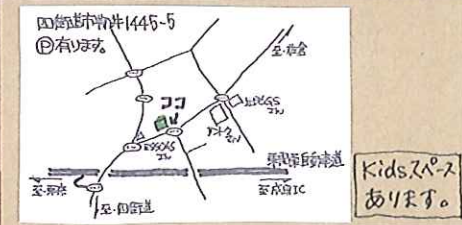


参加ご希望の方は  
お電話にてご予約  
お待ちしております。

☎043-420-7300  
(電話受付8:30~19:00水曜定休)

「MyStyleおーくしょっぷのことです。」  
とお伝えください。  
定員いっぱいまで終了です。

どなた様も参加費無料です。



※おーくしょっぷの講義料はお問い合わせ  
ください。内容が変更になることが  
あります。ご了承ください。



講師：小山浩子先生  
 料理家/管理栄養士/フードコーディネーター  
 大手食品メーカー勤務を経て2003年フリーに...  
 出張スタイルの料理教室を立ち上げ、コーディネーター兼  
 講師として活動されています。『料理を料理する』をモト  
 に生活者視点でメニュー開発に取り組む、オリジナルレシピ  
 は1000レシピ以上。現在は100会場以上の講演と  
 出張料理教室をこなしながら、企業のメニュー開発や  
 レシピ提供、栄養コラム執筆、テレビ出演等幅広く  
 活躍されている、今大注目の先生です。おもしろく納得  
 する楽しい小山先生の講座をお楽しみに...♪

