



講師

ウェルネスライフスタイリスト

あべ みき

安部 美紀 さん

別府市在住。一児の母。公務員として23年間勤務した後、日本の伝統文化を広める活動を開始。16年間にわたり自然療法を実践し、自然治癒力を高める暮らしを大切にしている。現在は、麴や伝統調味料の魅力を伝えることで、家族の健康と子どもたちの健やかな成長、そして日本全体を元気にすることを目指している魅力あふれる女性。



どなたでも参加できます！
定員を設けていますので
お早目のご予約がおすすめです。

麴調味料づくり

塩麴ワークショップ

発酵の力で子育てご飯を応援

子育て応援講座 10月講座



麴を知ろう！



塩麴作りに
チャレンジ♪
お持ち帰りできます



くらべて
麴調味料
塩麴、醤油麴、甘酒の
食べくらべ

日時 2025 10/14 火 10:00~12:00

託児あり 定員10名 ※要予約

場所： 別府市公会堂 調理室

費用： 500円 定員： 30名 ※先着順

各自準備物： ボール（直径20cmくらい）

エプロン、ふきん、手拭きタオル



申込方法

下記の二次元コードより、お申込みください



二次元コードが読み取れない場合
右記別府市教育部社会教育課まで
お申込みください。

問合せ・主催

別府市教育委員会

教育部・社会教育課

TEL 0977-21-1587

E-mail lle-be@city.beppu.lg.jp