

## アーユルヴェーダ お料理教室

いつもの食事が消化によく、自分の体質にあったお味に変身します♪ お料理に使うスパイスも、もちろん刺激の少ない、むしろとっても体にやさしいものを使います。ですので小さいお子さんからお年よりまで安心して食べられます。

(お客様の声)

素材の美味しさを改めて再発見！目からうろこのシンプルメニューでした。安全新鮮なよい素材ならではの意味贅沢なメニューだと思います。

みなさんご存知のマクロビオティック + ロー (RAW) のお料理教室も定期的を開催しています。(ふじかわなおこ)



☆ jazz コードの基礎、ポピュラーピアノ弾き語りを子供さん(7歳~)や大人の方にお教えします♪

☆ データ復旧(大事なデータの救出)を承ります。調子がいまいちなパソコンを快適なパソコン♪にします。

☆ 環境問題(原発のこと)や「朝はフルーツだけ」等の出張講座を承ります。(実績多数、ラジオ出演も)

641-0033 和歌山市松ヶ丘 1-6-39  
tel. & fax. 073-460-1555 (藤川)

— 琉春庵 — ♪ <http://homepage3.nifty.com/badi/>  
Think Globally, Act Locally!