

2020年
2月
開講!

中医学 × 薬膳教室

あなたに合った薬膳メニューで体質管理



「家庭でできる薬膳」を分かりやすくお伝えいたします。
中医学の考えを取り入れて、ご自身やご家族の体調管理に役立ててみませんか？

■4回コース（座学のみ）

【時間】 10:30～12:00（毎火曜日） 【参加費】 6,000円（テキスト込）

- ① 2/18 「中医学とは/体質チェック」
 - ・ あなたの体質は？ 7つの体質に分けてチェック
- ② 2/25 「五臓について」
 - ・ 病気を予測?! 五臓の関係性を考える
- ③ 3/3 「病気の原因について」
 - ・ 気候がもたらす病因や五つの感情について
- ④ 3/17 「薬膳メニューの作り方」
 - ・ 体質別の薬膳メニューを考える



※参加費は初回の受付時に一括払いとなります。 ※一度お支払いいただいた参加費は返金できません。 ※出席できない日は必ずご連絡ください。
※欠席日のテキストは後日お渡し、または郵送いたします。



【講師】高吉 ルミ子 氏 薬膳料理講師/薬膳茶師/中医アロマセラピスト
セリ市場や花屋などの花卉業界からアロマの世界へ転身。
その後、東洋医学を学び薬膳の資格を取得。
現在は身近な食材をつかい「簡単・おいしい」をテーマとした薬膳料理を広げる。

◀※キャンセル及びキャンセル料について▶ キャンセルは開催日含む8日前【2/11(木)】までに下記の番号へご連絡をお願い致します。
材料発注の都合及びキャンセル待ちのお客さまへお譲りする為、ご協力下さいますようお願い申し上げます。開催日含む7日前【2/12】～当日の
キャンセルにつきましては、キャンセル料といたしまして参加費をご負担いただくこととなります。



【営業時間】10:00～17:00
お問合せは ☎(098) 863-7750
〒900-8605 沖縄県那覇市西町3丁目13-2

