

* 続・初めての漢方薬膳 *

★ 冬～漢方の基本の“き”

季節の変化、自分の体質を知り
漢方の知恵を活かしたセルフケアを学ぶ。
病気の治療、薬の処方はいたしません。

昨年につき、漢方講座の第2弾！季節のトラブルと合わせて、「気・血・水」について学びます。続けて受講されると、より詳しく学んでいただけます。もちろん、初めての方も、お気軽にどうぞ。

講師：中村 薫さん 漢方上級スタイリスト、養生薬膳アドバイザー、中国茶エキスパート
民間生薬アドバイザー、おうち漢方、kaori ハーブ&アロマテラピースクール主宰
香港、イギリスでの7年の海外生活の中で漢方、ハーブ、アロマテラピーに触れ、植物の力を実感。以降、勉強の傍ら食事やお茶、香りなどを使って生活を改善実践しお伝えしています。薬日本堂の講師を経て、生活の木表参道校、グリーンフラスコ自由が丘校、NHK さいたま新都心など、各種カルチャー等で活躍中。

日時：12/1 (金) 午後7時

場所：旭町公民館(くるる1階) 中央 1-23-8 TEL432-4053

内容：生活に活かす漢方の知恵。漢方薬膳入門。

【講義】： 冬のトラブル カゼ対策と体質チェック 総点検

体質別薬膳茶をつくってみよう。 漢方茶試飲付き

定員：先着 20 名 (16 歳以上の蕨市在住在勤の方)

※お子様の同伴はできません。託児はありません。

参加費：1200 円 (材料費を含む)

11/4 (土) 10 時から受付開始

※但し、申込日当日 10 時に定員を超えた場合は抽選を行います。(先着順に整理券配布 1 人1枚)

<ご注意ください> ※駐車場はございません。有料のパーキングをご利用ください。

※託児はありません。小さいお子様の同伴はご遠慮ください。

※駐輪場は有料です。