

おうちで実践!
もっと知りたい!

漢方養生

～集中講座

漢方についての基礎知識と
暮らしに役立つ漢方の知恵を学ぶ。

※病気の治療、薬の処方はいたしません。

アットホームな雰囲気、昨年度も好評だった漢方についての集中講座です。
基礎的な知識を学び、漢方の知恵を活かしたセルフケアを考えてみませんか。
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&アロマセ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、アロマセラピーに触れ、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		内 容
①	9/7(金) 午後7時	身体をつくる気血水とは・バランスを保つコツ 意外と知らない落とし穴 漢方茶の試飲付
②	10/5(金) 午後7時	わかりやすい舌診 ～自分でチェックできる、自分の体質・今の状態 漢方茶の試飲付
③	11/2(金) 午後7時	まとめと体質チェック 実習: 薬膳酒 薬膳酒お持ち帰り 漢方茶の試飲付

場所: 旭町公民館(ぐるる1階) 中央 1-23-8

定員: 先着 20 名 (16 歳以上の蕨市在住在勤の方)

参加費: 全3回 2500円 (材料費を含む)

8/4(土) 午前 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。お子様の同伴はご遠慮ください。
※駐輪場は有料です。