

お悩み別

# 漢方養生

漢方についての基礎知識とお悩み別の養生を学びます。

※病気の治療、薬の処方はいたしません。

毎年好評の漢方についての集中講座です。今年度はお悩み別にセルフケアの知識を学び、漢方の知恵を活かした養生法を学びませんか。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		内 容
①	9/6(金) 午後7時	夏の疲れを癒したい 胃腸の調子を整える 漢方茶の試飲付
②	10/18(金) 午後7時	さびないカラダをめざして アンチエイジング 漢方茶の試飲付
③	11/1(金) 午後7時	冷えは万病のもと 冷え対策&漢方食材の実習 お土産・漢方茶の試飲付

場所：旭町公民館(くるる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 2800円 (材料費を含む)

**8/3 (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。

