



和学薬膳博士に聞く 感染症に負けない身体作り

おうち薬膳講座



2020

土曜日

11/28

(受付30分前から)

午前の部 9:30~11:30

場所 柑子袋まちづくりセンター

午後の部 1:30~3:30

場所 三雲ふれあいセンター

参加費 無料

定員 各会場50名(先着)

※コロナウイルス感染症対策のためマスク着用
でご来場ください。

こんな方におすすめの講座です

- ご家族の食事を準備されている方
- 健康に不安をお持ちの方
- おうちで作れる薬膳のコツが知りたい方

当講座は、季節や体質、体調に合った食材を組み合わせ
て簡単に家庭で作れる薬膳のコツをプロから教わる座学形式
の講座です。
お気軽にご参加ください。

Profile 講師紹介

堀内知美 先生



「薬膳は特別なものではなく、家族の健康を
考えて作るお母さんの手料理も薬膳の一つ」
をコンセプトに様々な講座を開催。

- 国際中医師
- 和学薬膳博士
- 国際中医薬膳管理師
- 経絡ヨガインストラクター

お申し込み



申込期限：11月24日(火)

または、TEL:0748-71-2560(平日9時~17時)までお電話下さい。