

【ご案内および受講募集】
 ～ 中医栄養・薬膳学研究会 応用薬膳講座 ～
「理論とレシピの密な融合」をめざして(調理実習付)
 ～ 10年、20年後の自分の健康を図るために、今、日々の生活から ～
 (2013年1月～12月, 全12回, 1回だけでも受講できます)



主催: 中医栄養・薬膳学研究会
<http://chuuieizenkai.web.fc2.com/>

2013年1月から、皆さんからご要望の多い調理実習付の講座を開講します。

理論面・弁証面を中心とした従来の講座(「薬膳講師養成講座」、「薬膳講師実践コース」と違い、施膳を中心にて、レシピを考え、調理、試食する、実用性の高い体験型の講座です。

「未病」を中心として、「10年後、20年後の自分の健康を図るために、今、日々の生活から。。。」をキーワードに、ご自宅で気軽に再現・実用できるレシピを厳選し、薬膳愛好家にもプロにもご満足いただけるカリキュラムを目指しています。

12回連続で開講しますが、ご興味をお持ちの回だけを選んで受講していただくこともできます。ぜひ、皆様お誘い合わせの上、是非ご参加下さい。

【プログラム】

前半：講義

薬膳の基本的な考え方・知識と具体的な応用方法について分かりやすく解説します。

後半：調理実習(試食)

調理のプロの先生方が作成してくださったレシピにより、実際に実習形式で調理し、試食していただきます。

2013年「応用薬膳講座」カリキュラム

回	日程	テーマ
1	1月30日(水)	薬膳を「体質」で考えよう
2	2月27日(水)	薬膳を「年代別」に考えよう
3	3月25日(月)	薬膳を「季節」で考えよう(春)
4	4月22日(月)	薬膳で「アンチ・エイジング」に取り組もう
5	5月27日(月)	薬膳を「季節」で考えよう(梅雨)
6	6月24日(月)	薬膳を「季節」で考えよう(夏)
7	7月29日(月)	薬膳で「美肌」をめざそう
8	8月26日(月)	薬膳を「季節」で考えよう(秋)
9	9月30日(月)	薬膳を「家庭で実践」しよう
10	10月28日(月)	薬膳で「妊娠しやすい体質」を作ろう
11	11月25日(月)	薬膳で「更年期に備えた体質」を作ろう
12	12月18日(水)	薬膳を「季節」で考えよう(冬)

《開講要領》

講座名： 応用薬膳講座「理論とレシピの密な融合」をめざして」（調理実習付）

主催： 中医營養・薬膳学研究会

講師：

講義： 梁ペイ（りょう ペイ）

中医營養・薬膳研究会代表、国立北京中医薬大学日本校助教授、
淑徳大学エクステンションセンター講師、東京薬膳学院非常勤講師、
日本中医食養学会相談役。

調理実習： 吉野 甘草（よしの かんぞう）

NPO法人 全日本薬膳食医情報協会 常任理事、
国際中医師・国際薬膳調理師、
Any講師をはじめ各種薬膳講師。元フレンチレストランオーナーシェフ

日時： 2013年1月～12月（毎月1回、全12回）、原則として第4月曜日、18:00～21:00

対象者： 薬膳・食養生に関心をお持ちの方ならば、どなたでもご受講いただけます。

会場： 渋谷区文化総合センター大和田
2階 学習室5（調理実習室）（予定）

※会場予約の状況により、臨時で近隣区の施設を利用する場合があります。

[住所] 東京都渋谷区桜丘町2-3-2-1

[TEL] 03-3464-3251

[URL] <http://www.shibu-cul.jp/access.html>

[アクセス]

JR渋谷駅西口から徒歩5分

- JR東日本(山手線・埼京線)
- 東京メトロ(銀座線・半蔵門線・副都心線)
- 東急(東横線・田園都市線)
- 京王(井の頭線)



受講料： 1回 7,000円（資料・材料代を含む）
（本会養成コース・実践コース修了者は、1回6,500円）

お申込・お問合せ：

中医營養・薬膳学研究会事務局（chuui.eizenkai@gmail.com）宛にメールをお送りください。

※研究会からの案内・返信は原則として上記アドレスからメールで発信しますので、携帯アドレスでご登録の方は、上記アドレスからのPCメールを受信許可するよう設定して下さい。