

【ご案内および受講生募集】

～ 中医營養・薬膳学研究会 薬膳講座（京都クラス）～

応用薬膳講座：「理論とレシピの密な融合」をめざして

～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5月～2014年2月。毎月1回(全12回)ですが、1回だけの受講もできます)



主催：中医營養・薬膳学研究会

<http://chuuicizenkai.web.fc2.com/>

応用薬膳講座は、弁証施膳のうち、施膳を中心にして、具体的なレシピを考える、実用性の高い講座です。「未病」を中心として、「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。。。」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。

全12回ですが、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。

皆様お誘い合わせの上、是非ご参加下さい。

《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

主催：中医營養・薬膳学研究会

講師：梁ペイ（りょう ペイ）

中医營養・薬膳学研究会代表、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。

カリキュラム

回	日程	時間	テーマ
1	5月26日	12：30～14：30	薬膳を「体質」で考えよう
2	6月16日	12：30～14：30	薬膳を「季節」で考えよう（夏）
3	7月21日	12：30～14：30	薬膳を「年代別」に考えよう
4	9月15日	12：30～14：30	薬膳を「季節」で考えよう（秋）
5	10月20日	12：30～14：30	薬膳で「アンチ・エイジング」に取り組もう
6	11月17日	12：30～14：30	薬膳を「季節」で考えよう（冬）
7	12月15日	12：30～14：30	薬膳で「美肌」をめざそう
8		15：00～17：00	薬膳を「家庭で実践」しよう
9	1月19日	12：30～14：30	薬膳で「妊娠しやすい体質」を作ろう
10		15：00～17：00	薬膳を「季節」で考えよう（春）
11	2月16日	12：30～14：30	薬膳で「更年期に備えた体質」を作ろう
12		15：00～17：00	薬膳を「季節」で考えよう（梅雨）

※ 開講後に、受講生の方々の都合に合わせて日程を多少変更する場合があります。

日程：2013年5月～2014年2月（毎月1回、全12回）、原則として第3日曜日

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

会 場：京都市山科青少年活動センター

※会場予約の状況により、臨時で近隣施設を利用する場合があります。

【住所】 京都市山科区竹鼻四丁野町42

【URL】 <http://ys-kyoto.org/yamashina/>

【アクセス】

JR・京阪・地下鉄東西線の山科駅から南へ徒歩10分

受講料：

第2～12回一括： 67,000円 （教材費を含む）（本会講座修了生：65,000円）

第2回のみ単独： 6,500円 （教材費を含む）

お申込み・お問合せ：

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

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。

