

【ご案内および受講募集】
 ～ 中医營養・薬膳学研究会 薬膳茶講座 ～
「薬膳理論を応用して手軽にお茶(薬膳茶)を」
 ～ 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 ～
 (2014年1月～4月, 全6回。1回だけでも受講できます)



主催: 中医營養・薬膳学研究会®
<http://chuueizenkai.web.fc2.com/>



2014年1月から、皆様からご要望の多い薬膳茶講座を開講しています。
 薬膳にご興味をお持ちの皆様が目指すもの、それは、自分の弱いところを強化して、病気を予防する、或いは、身体の不調和が未だ軽い段階(未病)で対処することではないでしょうか。

そのためには、營養・薬膳学の知識を実生活において無理なく、実践していくことが肝要。その無理のない実践方法の一つが手軽に飲める「薬膳茶」です。

茶材となる食材(緑茶、各種ハーブ、野菜類、果実等)は營養・薬膳学あるいは現代栄養学においてその高い効能が知られています。

当講座では、ご自宅で気軽に再現・実用できる薬膳茶レシピを厳選し、薬膳愛好家にもプロにもご満足いただける内容を目指しています。

6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

薬膳茶の基本的な考え方・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：実習(試作・試飲)

当研究会が作成したレシピを参考に、受講者の皆様にも実際に実習形式で各種茶材をブレンドし、試飲していただきます。

※本講座の実習では、医師や薬剤師を介さずに入手・利用できる材料のみを使用します。

2014年「薬膳茶講座(東京クラス)」カリキュラム

回	日時*1)	テーマ	講師	会場	概要紹介
1	1月20日(月)	薬膳茶配合の基本	梁 ペイ	文京区民センター	薬膳会通信 (31)
2	2月 1日(土)	美肌のための薬膳茶	巽 俊蔵	文京シビックセンター 区民会議室	
3	2月17日(月)	体質に合う薬膳茶を選ぶ	梁 ペイ	文京区民センター	
4	3月 1日(土)	春の薬膳茶	梁 ペイ	文京区民センター	
5	3月31日(月) 18:30～19:30	上手なエイジングのための薬膳茶	巽 俊蔵	文京シビックセンター 区民会議室	
6	4月19日(土) 17:30～19:00*2)	レシピに合わせる薬膳茶 [終了後、受講者情報交換会(参加費別途)]	梁 ペイ	文京区民センター	

*1) 土曜開催の回は18:00～19:30、月曜開催の回は18:30～20:00

*2) 最終回(第6回)は、情報交換会開催のため開催時間を繰り上げます。ご注意ください。

《開講要領》

講座名： 薬膳茶講座「薬膳理論を応用して手軽に飲めるお茶（薬膳茶）を」

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・薬膳研究会代表、国立北京中医薬大学日本校助教授、
世界中医薬聯合会「薬膳食療專業委員会」常務理事、
淑徳大学エクステンションセンター講師、東京薬膳学院特別講師、日本中医食養学会相談役。

巽 俊蔵（たつみ しゅんぞう）

国際中医師・国際中医薬膳師・野菜ソムリエ
世界中医薬聯合会「薬膳食療專業委員会」理事。
淑徳大学エクステンションセンター講師（2014年4月より）
健康食品・飲料販売「ハーモニーズ・バウンティ株式会社」取締役

日 時： 2014年1月～4月（全6回） 土曜開催：18:00～19:30、
月曜開催：18:30～20:00（第6回のみ 17:30～19:00）

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： 文京シビックセンター区民会議室
住所：東京都文京区春日1-16-21
または
文京区民センター
住所：東京都文京区本郷4-15-14



受講料： 1回につき3,500円（資料・材料代を含む）
※受講料は事前振込制です。複数回分を同時にお申込みいただくこともできます。

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。

- ※ お申込みのメールでは、お名前(フリガナも)、受講希望講座名、薬膳に関するご経験（関連資格を所持・初歩知識あり・初心者など）をお知らせください。
- ※ 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。

