



薬膳スイーツ付き



薬膳茶

『薬膳』とは、簡単に言えば「体が喜ぶ食事」のことです。
体の不調があったとき、もしくは不調になる前に、
「体に合った、体が求めている食事」を摂ることで、
体の健康を整えます。

このコースではより手軽に薬膳を楽しんでいただくために
薬膳茶に絞って授業を行います。
季節の薬膳茶を中心に、
冷え症など日ごろ気になる不調についてお話しします。
お気軽にご参加ください。



イメージ写真



日程	テーマ	授業内容
4月23日	春の薬膳茶	春にオススメの薬膳茶2種&スイーツ
5月28日	梅雨の薬膳茶	梅雨にオススメの薬膳茶2種&スイーツ
6月11日	むくみの薬膳茶	むくみ対策にオススメの薬膳茶2種&スイーツ
7月23日	夏の薬膳茶	夏にオススメの薬膳茶2種&スイーツ
8月27日	夏バテの薬膳茶	夏バテ対策にオススメの薬膳茶2種&スイーツ
9月24日	秋の薬膳茶	秋にオススメの薬膳茶2種&スイーツ

レッスンの流れ

- 薬膳講義(15分)
- ↓
- デモンストレーション(15分)
- ↓
- スイーツ実習(50分)
- ↓
- 実食&お話(20分)
- ↓
- 後片付け(20分)



【講師】 大坪 律子(薬膳研究家)

【資格】 国際中医師/国際薬膳師/東洋薬膳茶アドバイザー認定講師/
東美薬膳アドバイザー認定講師/だしソムリエ認定講師/豆腐マイスター認定講師/
野菜ソムリエプロ/スパイスコーディネーターマスター/麹クリエイター/
食育インストラクター1級/健康管理士ほか

受講日 : 第4水曜日 13:30~15:30

入会金 : 3,300円(税込)

月謝 : 月1回 4,950円(税込・材料費込)

見学のご案内

◆ 授業見学は無料です。(実習ではありません)
授業見学は1時間程度でお願いします。
持ち物 : 特に必要ありません。

※ご予約はホームページのお問い合わせフォームかお電話にてお申込みください。



☎ 082-247-7124

〒730-0051 広島市中区大手町1-4-8

【受付時間】 月~金 9:00 ~ 20:30
土 9:00 ~ 17:00

お申し込み方法は「お電話」または「ホームページ」にてお問い合わせください。

「ホームページ」はこちら ➡



広島クッキングスクール
広島カルチャースクール