

## 美味しいご飯が、役立つご飯に

薬膳と聞いて、匂いのきつい漢方薬や特殊な食材を使った料理を思い浮かべる方も多いと思います。実は、薬膳料理ってとっても身近なもの。普段よく見かける食材の折々の季節や、その時の体調にあった調理を施すことで、その食材の本来持っている力を引き出し身体にいい影響を与えるようにする。それが、薬膳料理なのです。



## 和膳施 薬膳料理教室の特徴 薬膳、その先を教えます

自粛時でお料理に興味を持たれたあなた！  
コロナで健康の大事さを感じたあなた！

- ・ 飲食業歴40年以上のプロから、和食の基礎と薬膳料理も伝授
- ・ 座学で本格的な中医学の知識を学べる

## 和膳施コースのご案内

座学をしっかりと学びたい人向け  
各6回コース



### プライマリークラス

①薬膳について  
気・血・津液

②自分の体質に  
合った  
身近な食材探し

③陰陽学  
五行表の見方

④六味・五性  
で知る  
食材効果

⑤季節別  
メニューの  
作り方

⑥復習  
おさらい  
小テスト

### アドバンスクラス

薬膳学 + 中医学基礎（臓象・経絡）

### スペシャリストクラス

四診 + 配合七情 + 六韻邪気  
症状別レシピの作り方など

各クラス受講料 36,500円（テキスト代1000円）  
希望者には小テスト合格後に修了証を発行  
（3,000円より）



調理

+



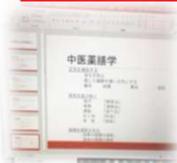
試食

+



薬膳座学

### オンライン講座



ズーム使用  
薬膳中医学の座学  
テキスト・料理動画  
を使っの個別指導



- ★おうちご飯
- ★けんこう男ご飯
- ★ごちそう健康ごはん
- ★お友達だけのプライベートレッスン



- ・ シネマ教室
- ・ ソレイユ教室
- ・ 仁川教室

教室ごとに  
座学の有無、日程、  
受講料も違いますので  
HPでご確認ください。

## わんこご飯料理教室

薬膳師が教える健康手作りご飯



不定期  
開催中

## プロフィール

<資格>  
中医薬膳師  
国際薬膳調理師  
経絡セラピスト  
ペット薬膳管理士  
ホリスティック・ケアカウンセラー



コロナ感染対策  
少人数レッスン・手洗い消毒換気の徹底  
試食時はアクリル板配・空気清浄機の配置