

～寺子屋*花～ 2017年度 開催クラス

大人の食の学び場『寺子屋*花』は
ご自身のこと、ご家族のこと、大切な方のことを思い、
「こころ」と「からだ」としっかりと向き合いたい方のためのお教室です。

◆お料理教室◆ 10時～13時半(終了時間は前後します)

○薬膳入門クラス 2回 8,000円

和食薬膳クラスを受講前に必須のクラス。薬膳を勉強する前に、お伝えしたい基本的なお話です。炊飯・重ね煮・調味料のこと・・・胃腸に優しい調理をお伝えします。

【春夏クラス】 Part① 4月9日(日)or11日(火)

Part② 6月4日(日)or6日(火)

【秋クラス】 Part① 9月3日(日)or5日(火)

Part② 10月1日(日)or3日(火)

○和食薬膳クラス(年間10回) 1回 3,500円

日本の誇る「和食」と古来の「自然食」に、薬膳の考え方を融合させた『和食薬膳』を学んで頂くクラス。漢方出汁の摂り方や、煮物など、おうち薬膳がコンセプトです。

【日曜日クラスA】 4月16日・5月21日・6月18日・7月23日・9月17日

10月22日・11月19日・1月21日・2月18日・3月18日

【日曜日クラスB】 4月23日・5月28日・6月25日・7月30日・9月24日

10月29日・11月26日・1月28日・2月25日・3月25日

【火曜日クラスA】 4月18日・5月23日・6月20日・7月11日・9月19日

10月24日・11月21日・1月23日・2月20日・3月20日

【火曜日クラスB】 4月25日・5月30日・6月27日・7月25日・9月26日

10月31日・11月28日・1月30日・2月27日・3月27日

*お試し参加・単発参加は、毎回可能です。

*前日と当日のキャンセルは2000円とさせていただきます。

◆お勉強教室◆ 【和食薬膳協会認定講座】

薬膳カウンセラー初級講座・・・薬膳の基礎理論・五臓六腑の働きなど(1年目)

薬膳カウンセラー中級講座・・・診断学(望診法)と薬膳への応用(2年目)

薬膳カウンセラー師範科講座・・・診断学と臓腑弁証の実践講座(3年目)

○薬膳カウンセラー初級講座 *和食薬膳クラスAの後 14時～15時半
全10回 50,000円+税

陰陽の話・気血津及び中医学の証についてなどの薬膳基礎理論や、
食材の選び方(基本編)、五臓六腑の働きを学んで頂くクラス。

○薬膳カウンセラー中級講座 *和食薬膳クラスBの後 14時～16時
全10回 50,000円+税

診断学(望診法)により顔・舌・耳・口を診て、個性や今の体調体質を診断。
薬膳において大切な臓腑弁証を学んで頂く2年目のクラス。

○薬膳カウンセラー師範科講座
全10回 50,000円+税

診断学(望診法)と臓腑弁証の実践練習講座。
人を診る練習を、学んだ仲間と積み重ねます。

*望診法とは中医学の四診(4つの診断方法の一つ)で、
顔や体に現れる兆候(顔色・ホクロ・シミ) から体調を診る手段です。

◇申込・問合せ◇

お電話かメールにて、お名前・ご住所・電話番号・参加希望クラスを連絡下さい。

～ 寺子屋*花 ～ 大東 清美

TEL : 0743-85-7391

E-mail : info@teracoyahana.com

HP : http://teracoyahana.com