

2025年10月 薬膳カウンセラー 初級講座 in奈良 全8回 (各2時間) 60,000円+税

薬膳的ホームドクターを目標にした「薬膳カウンセラー」初級講座。中医学の基本の陰陽論、気血津、五臓の働きなどを、お伝えします。
 自分の体質や体調に合わせた食材を選んだり、組み合わせたりする為に必要な基本的な知識が詰まっています。
 初級講座修了者の方は、体質診断をする為の診断学(望診法)を学べる中級講座へ進級できます。

| 日程 | 内容 |
|-------------------------------------|--|
| 第1回 10月5日(日) 10月7日(火) | 陰と陽について 食べ物・体質・体調の陰陽 |
| 第2回 11月9日(日) 11月11日(火) | 気・血・津(水)について 気機について(五臓五腑の働き) |
| 第3回 1月11日(日) 1月13日(火) | 基本の証(虚証&実証)を学ぶ 食材の性能について 季節の邪氣を知ろう |
| 第4回 2月8日(日) 2月10日(火) | 五臓の働き「肝」「胆」 「肝」「胆」の養生について |

| 日程 | 内容 |
|------------------------------------|--------------------------------|
| 第5回 4月12日(日) 4月14日(火) | 五臓の働き「心」「小腸」 「心」「小腸」の養生について |
| 第6回 5月17日(日) 5月12日(火) | 五臓の働き「脾」「胃」 「脾」「胃」の養生について |
| 第7回 6月14日(日) 6月16日(火) | 五臓の働き「肺」「大腸」 「肺」「大腸」の養生について |
| 第8回 7月12日(日) 7月14日(火) | 五臓の働き「腎」「膀胱」 「腎」「膀胱」の養生について |

【開催時間】 14:00～16:00 ⇒同日の午前10:00～13:30に 和食薬膳 基礎クラス(お料理教室)を開催

【講師】 平井 みゆき(薬膳カウンセラー/国際薬膳師/望診法指導士)

*ご都合が悪い日程がある場合、他クラスへの振替もしくは次期講座にて補講受講頂けます。

*大阪クラスにて<10月開講 第4木曜日10:30～><4月開講 第1土曜日10:30～>の補講受講も可能です。



【申込アドレスQRコード】