

新規薬膳教室受講生募集！

『お茶で整え食で変わる！』

半年後のあなたがもっと好きになる薬膳レッスン！！』

毎月第3木曜日に定期開催決定！



～こんなお悩みありませんか？～

- ・夕方になると足がパンパンにむくむ
- ・寝ても寝ても疲れがとれない
- ・やる気がでない
- ・肩こりがひどい

<その原因はあなたの体質にあるかもしれません。>
中医学の知識で自分の体質にぴったりのお茶や食材をみつけませんか？

～今後の予定～

- ・食物の性質を知る
- ・その食材あなたの体質にあっている？
- ・季節ごとの薬膳
- ・スーパーで揃う食材で薬膳生活を実践！
- ・未病先防、おいしく食べて体調不良を改善しよう

* 毎回その月の薬膳茶や試食付！
ワイワイ楽しく学びましょう♪



開催日

毎月第3木曜日
9：30～11：30

会場

北神星和台コミュニティホール
204号室 078-951-5553

受講料

3000円・プロによる体質チェック
・体質別食品シート
・資料・お茶・試食代込み
* 毎回内容変わりますので単発参加もOK

申し込み
問い合わせ

Webサイトからお申し込みください
dh.hiyokoclub@gmail.com

お気軽にお問い合わせください！

講師紹介

堤内 久枝

Hisae Tsutsumiuchi

- ◆薬膳教室口福主宰
(全日本食医情報協会認定校)
- ◆DH HIYOKOCLUB代表
- ◆国際薬膳師
- ◆歯科衛生士

アシスタント

岡野 多香子

Takako Okano

- ◆薬膳インストラクター
- ◆歯科衛生士

DH HIYOKOCLUB

検索