

## ごあいさつ

平素よりやまと薬膳の活動にご支援、ご高配を賜り誠にありがとうございます。  
2017年より始動いたしました「源氏物語」では、会員の皆さまのご支援をいただきながら運営し、おかげさまで2020年を迎えようとしております。

これまで「源氏物語」では、毎月の体をととのえるお食事の会、新月ならびに満月の茶粥膳、源氏物語朗読会、18日の楽楽市などを開催してまいりました。また今年は、東京や大阪、沖縄に至る各地からの団体様をお迎えし、薬膳の学びやお食事をご提供させていただき大変ご好評をいただきました。

やまと薬膳の活動を奈良の地でスタートさせて早7年が経とうとしております。その中で各方面とご縁が繋がり、それを今後より一層発展させていきたいと考えております。これからも薬膳を学び、賛同してくださる方々と共にさらなる活動を広めていきたく、来年より「一般社団法人やまと薬膳」としてお教室をはじめ食事会など活動の運営を一本化することにいたしました。

つきましては2020年より「一般社団法人やまと薬膳」の会員として、より一層のご支援をお願いしたい所存でございます。

やまと薬膳の「薬」は「艸（くさ）で楽になり、艸（くさ）を楽しむ」と解釈し、お料理やお手当をはじめ、現代生活の中で自然との触れ合いある暮らし方、環境についての研究、教育の場、および地域交流の場として、社会教育・社会福祉の向上に寄与することを目的として活動を推進してまいります。

### ◆やまと薬膳の主な活動内容

- ・教室運営
  - やまと薬膳メデイスナルクッキング 初級・中級・上級の各コース
  - やまと薬膳メデイスナルクッキング 指導者育成・研究科コース
  - 入門講座、一汁三菜季節の養生コース、望診法講座など
- ・インターネット講座運営
  - やまと薬膳メデイスナルクッキング・インターネット講座 初級・中級の各コース
- ・体をととのえるお食事の会
- ・やまと薬膳の講演会、お話し会
- ・メデイスナルステイ、お手当体験（女性のためのウィークエンド）
- ・コンサルテーション（個別の食事相談、手当法指導など）
- ・食や環境に関係する各種企画（映画上映会、講演会など）
- ・各地でのイベント、お茶会、オーガニックマーケットなどへの参加
- ・薬膳料理の商品開発、レシピ開発、料理監修など
- ・給食、社食などへの提案
- ・薬膳のお料理、お弁当などの提供 など

### ◆やまと薬膳「ともの会」発足について

やまと薬膳の活動に皆さまのご理解を賜るとともに、活動の推進にあたりご支援をいただきたく2020年よりやまと薬膳「ともの会」を立ち上げます。

より良い活動のため、ご指導・ご鞭撻のほど何卒よろしくお願い申し上げます。

「ともの会」は会費制で会費年間一口一万円にて承りさせていただきます。

会員様へは会員の集い（年1回）会報誌発行（年1回）での情報共有ならびに、ありがとうございます水（500cc）進呈のほか、やまと薬膳における物販品の割引購入、お食事の会の優先ご予約、源氏物語の会場使用に関する会員価格の設定等の優待をさせていただきます。

今後ともよろしくお願い申し上げます。