

福島＊やまと薬膳集中講座 in 奈良

福島のお母さんを元気に！食で自衛を！

福島のお母さんに元気になってもらい、家族を守るための料理法・手当法の技術を身につけ、食で自衛をしてもらいたく、『やまと薬膳集中講座』を奈良県宇陀市松井の自治会館にて4泊5日で開催いたします。

しっかり学んでいただき、ご自分、ご家族を守り、そして周囲にも広まっていくことを願います。

オオニシ恭子

日程：2016年8月20日（土）～24日（水）

場所：奈良県宇陀市 松井自治会館（近鉄大阪線・榛原駅より送迎あり）



- * お子様連れで大丈夫です、お子様向けの楽しい企画も予定しています。
- * 食で体を自衛する方法の基本から、家族を守ることを念頭にどのようなものを食べ、どのように対処していくか、家庭の療法のポイントを学びます。理論をもとに料理やお手当て法の実際を学びます。
- * 宿泊は、会館の広間です（個室はありません）。お風呂は、近くの温泉です。
- * 食事は完全無農薬、自然栽培の穀類、野菜、調味料を使い、それぞれの体調を考慮します。
- * 最寄りの榛原駅までの交通費は自己負担でお願いしますが、講習、宿泊、食事、お風呂の費用はかかりません。
- * 講師 オオニシ恭子、宮本恭子 世話係 松浦恵子、山本洋子、ボランティアの方々
- 後援 奈良県宇陀市松井町



お申込み、お問合せ

やまと薬膳 info@yamatoyakuzen.com へお願いいたします。

定員になり次第、締め切らせていただきます。