

やまと薬膳 お手当講座

「生姜湿布 講義&実践」

生姜を使った温湿布のお手当。
体を温めてくれるだけでなく、凝りや痛みを和らげたり、
胃腸の調子の改善、免疫力アップ、自律神経のとのえな
どにも役立つ優れたお手当法「生姜湿布」について
講義と実践でしっかりと学べる講座です。

冷え性 頭痛 眼精疲労 肩凝り 背中の凝り 胸の痛み
腹部の痛み・はり 腰痛 関節痛…等々 生姜湿布をお試してください

- 日時 2020年9月5日(土) 10時~12時半
- 場所 やまと薬膳クッキングスタジオ (奈良県桜井市)
- 参加費 7,500円 *参加費は当日お支払いください
- 定員 8名
- プログラム
- ・生姜湿布について講義
意義・効能・注意点・失敗例・やり方など
 - ・生姜湿布の実践
梅しょう番茶の作り方
患部へのお手当・湿布後の状態を見る
 - ・質疑応答
- お申込み
お問合せ
- やまと薬膳
メール info@yamatoyakuzen.com TEL&FAX 0744-57-9038
お申込みは、上記のメール、TEL、FAXのいずれか宛に
①お名前②参加希望人数③住所④電話番号⑤メールアドレスをお知らせください。
受付け次第ご連絡いたします。