

2017年★FAMILY62★二学期9月から12月予定表

二学期	火曜クラス	木曜クラス	水曜クラス	読売カルチャー 錦糸町 (水)	藤が丘 薬膳	ベジフル 中医薬膳塾
9月	26日	14/28	27日	13日	11日	2日
10月	24日	12/26日	25日	11日	16日※	7日
11月	28日	9/30日※	22日	8日	お休み	11日
12月	19日※	14/21※	27日	13日	11日	2日

●リマクッキングスクール師範科：マクロ薬膳は（日程が決まり次第告知）・・・となっています。
 ※ 祭日の為、通常の日程が変更になっています。ご確認よろしく願いいたします。

★自宅スタジオ：FAMILY62：クラスの特徴・・・時間は午前10時～午後1時

●各クラス共に、ベジタ薬膳（マクロビオティックと薬膳を融合；ベジタリアンの薬膳、自然食の基礎料理など）を3品程度を調理、試食いたします。お申込みは、メール又はFAXでどうぞ。

Mail: ikuko@sansho.org (2017年4月からこちらに変更になりました)

・火曜クラス **体と心を養いポジティブライフのための火曜薬膳：全10回：]**

講師：今期は各界の専門家をお招きした講座10回となっています。詳細は別紙で。

2017年4月今期定員になりましたが、**一日体験受講のみを受け付けています。お申込み下さい**

・木曜クラス……第二：季節の食材を使い、新しいメニューの研究と開発など。

第四：マクロメニューと薬膳調理、お気軽に一日お楽しみいただきます。

・水曜薬膳 薬膳の基礎と応用の薬膳と自然食メニューを作り情報交換をするオープンな講座。

各クラス共に、若干名の受講生を募集しています。

★「ベジフル中医薬膳塾」会場；文京区アカデミー茗台（都合により湯島、向ヶ丘なども）

毎月第一土曜日午後2時～5時まで。

2017年4月より中医体質学を教科書を使ってすすめています。（教科書：中医体質学入門）

講座とベジの薬膳の実習、詳細はHP上でお知らせいたします。

9月秋期講座：若干名を募集しています。

●読売カルチャー錦糸町：「体にやさしい家庭薬膳：その7」

第七期の今年は、薬膳、漢方、中医学などを「漢方薬膳学」の本から学びます。

年間予定は錦糸町よみうりカルチャーのHPでご確認ください。

季節ごとの体の変化、内臓の働き、季節の体の養生の薬膳を三品ほど作り会食いたします。

●新講座「みんなで作るベジの薬膳塾：入門から養生法まで」

毎月第二月曜日 午前10時～午後1時まで。 会場：田園都市線：藤が丘センター他

★秋期12月11日はゲスト講師による全体の特別講座です。

ただ今、若干名募集中です。一日受講、体験もできます。

★本年度の秋の海外研修について

★10月20日～23日まで「ベトナムハノイにて：マクロビ交流会&ハノイ観光の旅

詳しい内容などは、加藤までお問い合わせください。定員10名、ただ今参加者募集中！

★11月中旬：ソウルでマクロビ薬膳とテンプルステイ&韓国料理講座受講のツアーを予定

参加ご希望の方は、あらかじめのご登録をお願いいたします。

TEL, FAX ; 047-472-1014 Mail: ikuko@sansho.org よろしく御願いたします。

2017年皆様とご一緒にベジ薬膳、より進化した楽しく実りある秋を目差します。