

蒸士茶楼 「鉄輪養生 天人地」 ほほえみ講座

蒸士茶楼がお贈りする人生のためになる至極なひととき
 包括・多角的視点で独自に構築してきた学びをシェアします

1年を通して中医学薬膳養生を学んで頂きたい講座です



さまざまなイロハをお愉しみ下さい

鉄輪温泉蒸士茶楼の蒸気で蒸した
 一汁一菜四季薬膳ランチは人気
 50℃洗いや調理のコツも教えます



●お申込み：TEL0977-85-7775・当店FBのメッセージ等でご予約下さい

- ◆ 受講料：3,500円（税込） 持ち物：筆記用具・暦・基本資料
- ◆ 毎回レジュメ付・薬膳ランチ付き/初参加は基本資料代プラス200円・暦110円
- ◆ 参加者の方でアレルギーや苦手なものあれば事前にご連絡ください

●6月鉄輪蒸し通が開催されます。別途各種イベントを開講します。お楽しみに

★講師：前田進一郎 中国中医学会栄養薬膳師/陰陽五行養生研究家★

天人地シーズン6 水曜日11時～13時・土曜日11時～13時

講義は単発参加でもOK・キャンセルは必ず事前にご連絡ください

日時	六気		テーマ：前編	脱気	テーマ：後編	一汁一菜
	水曜日	土曜日				薬膳ランチ
①	4月8日	少清	薬膳のイロハ	ち	薬膳のイロハ	春土用薬膳
	4月12日	陰穀	五味・五性		帰経・効能	
②	5月10日	君立	陰陽のイロハ	よ	陰陽のイロハ	初夏薬膳
	5月13日	火小	陰陽の識別		陰陽の融合	
③	6月7日	少芒	五行のイロハ	つ	五行のイロハ	仲夏薬膳
	6月10日	陽夏	五つのエレメント		五つの色体表解読	
④	7月5日	相小	五臓六腑のイロハ	と	五臓六腑のイロハ	夏土用薬膳
	7月8日	火大	各機能と働き		各臓腑の連携	
⑤	8月5日	太立	体質診断のイロハ	心	体質診断のイロハ	初夏薬膳
	8月9日	陰処	四診・虚と実		八つの解読区分	
⑥	9月6日	湿白	症状改善のイロハ	身	症状改善のイロハ	仲夏薬膳
	9月9日	土秋	発症の原因		食事療法・漢方	
⑦	10月7日	陽寒	食品のイロハ	を	食品のイロハ	秋土用薬膳
	10月11日	明霜	添加物・油など		分子栄養学	
⑧	11月8日	燥立	暦と氣学のイロハ	ゆ	暦と氣学のイロハ	初秋薬膳
	11月11日	金小	十干十二支		九星氣学と易	
⑨	12月6日	太陽	日本人のイロハ	る	日本人のイロハ	仲秋薬膳
	12月9日	陽冬	考古学・歴史		地政学と国家	
⑩	1月6日	寒小	薬膳献立のイロハ	め	薬膳献立のイロハ	冬土用薬膳
	1月10日	水大	季節と調理法		体質対応法	
⑪	2月7日	厥立	体内時計のイロハ	時	体内時計のイロハ	初冬薬膳
	2月10日	陰雨	子午流注・経絡		氣のワーク	
⑫	3月6日	風啓	薬膳中医学総括	間	薬膳中医学総括	仲冬薬膳
	3月9日	木春				

