

令和2年度 うめだステーションセミナー

美と健康のタネ ～薬膳で体の中から健康に～

オンライン講座



令和2年 9月25日～11月27日

毎週金曜日 10:00～11:30 全10回

薬膳の基礎、病状回復について学ぶ初心者向けのオンライン講座です。

今回は、「糖尿病」、「ダイエット」、「疲労回復」をテーマに食材の組み合わせや効果について学びます。5回目と9回目にオンラインの料理教室をする予定です。

メニューについてはお楽しみに♪

講師 黒川真妃子

対象 どなたでも

受講料 10,000円

定員 20名(先着順)

申込 インターネット・電話・FAX・来館

必要な物 ・パソコンまたはスマートフォン(タブレット可)

・インターネット(Wi-Fi)の環境

各回の詳しい
内容はセンター
ホームページを
ご覧ください。

お申し込みの前にお読みください

★本講座はインターネットを活用した講座です。

パソコン・スマートフォン・タブレットがあれば
どなたでも参加できます。(難しくはありません)

★来館の必要はありません。ご自宅・カフェ・・・

ネット環境があれば、お好きな場所で受講が可能です。

★本講座では、ZOOMを使用します。

講座開催までにインストールが必要な場合があります。

★パソコンやインターネット環境などの整備・設定は
各自でお願いします。

★通信費・パケット通信料は受講者の負担となります。

★後日録画映像をお送りしますので、用事で参加できない
時も安心です。

講師の紹介

おばんざい料理店経営のち、国際中医薬膳管理師を経て国際中医師に。現在は「関西薬膳びと」「国際ウェルネス薬膳協会」を立ち上げセミナー講師、薬膳メニュー開発、薬膳専門サイト「楽食story」コンテンツ・薬膳コラム執筆などで活動中。

黒川 真妃子

くろかわ まきこ

(国際中医師 / 国際中医薬膳管理師)

