

〈料亭宮下クラス〉スペシャルコラボ企画  
「植物療法士」南上夕佳さんが提唱する

# 食の世界

ハーブで  
産後の身体を整える

植物療法で  
身体の中から美しく



暗闇坂宮下の宮下大輔先生が手掛けるお料理教室です。  
今回はウェルカムウィーク特別企画として、植物療法士の先生とのコラボ企画！  
話題の「植物療法」を基礎からご教授いただきながら、  
産後の身体を整え、身体の内側から美しく健康になるコツを一緒に学びませんか。

日時：5月15日（月）11：00～12：00

講師名：宮下 大輔 先生（「暗闇坂 宮下 青山」「洋食MIYASHITA」表参道ヒルズ）

和食「春秋」の責任者として飲食業へ入り、1995年麻布十番に「暗闇坂宮下」を開業。  
その後、洋食レストラン「洋食MIYASHITA」や、ヴェトナム業態など様々な飲食店を展開。  
現在は、東京スカイツリーの展望でレストランのプロデュースなどにも取り組まれておられます。



講師名：南上 夕佳 先生（植物療法士/INTIME ORGANIQUE by lebois ディレクター）

ホルモンバランスを崩したことがきっかけで植物療法専門校「ルボア フィットセラピースクール」にて、AMPP（仏植物療法普及医学協会）認定資格取得後、自身の体験を活かし「女性の幸せ」をベースに、老舗百貨店やスクールで、数々のセミナーやカウンセリングを行う。現在は日本における植物療法の第一人者 森田敦子とともに啓蒙活動を行いながら、ルボア フィットセラピースクールの講師や女性のパーツケアブランド「アンティーム オーガニック by ルボア」のディレクターも務める。



◇ 対象：あい・ぼーと会員のお母様・お父様

◇ 定員：ひろばでの保育付き 7名 保育なし 5名

◇ 参加費：保育付き：港区内 3,700円・港区外 4,200円（1.5時間分保育料込）  
保育なし：港区内 3,000円・港区外 3,200円

◇ 持ち物：エプロン・筆記用具

◇ 受付：4/11（火）・4/12（水）10：00～17：00

\* 受付は、お電話か窓口でお受け致します。

\* 抽選結果は4月13日（木）中にお電話にてご連絡いたします。

\* 抽選受付期間内に定員にならなかった場合は、先着順でお受け致します。

◇ ご入金：4月20日（木）までに窓口にてお支払いください。

\* 期限内にご入金頂けない場合のご予約は無効となります。予めご了承下さい。

\* 期限内にご入金頂けない場合のご予約は無効となります。予めご了承下さい。

\* キャンセル料：1週間前（5/8）までにキャンセルされる場合は、全額返金  
上記翌日（5/9）以降からのご返金は致しかねます。予めご了承下さい。  
急なご事情によりご参加いただけなくなった場合は、代替りの会員さんへ  
お譲りいただくことも可能です。

\* 当日お作りになったお料理は、あい・ぼーとにてお召し上がりいただけます。

保育が1.5時間なので  
ゆっくりお食事を  
お召し上がりいただけます

