

# THE・YAKUZEN

生活の中で無理をすることのない普段の食材で食卓を楽しむ

薬膳とは、食材と生薬を組み合わせた食膳。食物が主原料、生薬は補助的なもの。薬食同源の考えを基本に季節と体質や体調に合わせて食材を選び未病を治す養生料理をいいます。



講師名：梁瀬 明子先生(国際中医薬膳管理師 及び 国際中医師)  
アロマアドバイザー。小学生一児の母であり、息子さんの食べず嫌いや、ご家族の体調に合わせて、日々の食卓に薬膳を取り入れておられます。

保育が1.5時間になって、ゆっくりお食事を召し上がっていただけるようになりました♪

## <12月の薬膳クラス>

日時：12月7日(木) 11:00~12:00



対象：あい・ぽーと会員の保護者

定員：ひろばでの保育付き4名 保育なし 2名

参加費：保育付き：港区内 1,700円・港区外 2,200円\*1回分(1.5時間分保育料込)を前払  
保育なし：港区内 1,000円・港区外 1,200円\*1回分を前払

\*参加費の内訳は、下記の料金の通りになります

受講料：区内 1,000円・区外 1,200円 保育料(1.5時間)：区内 700円・区外 1,000円

\*キャンセル料 1週間前(11/30)までにキャンセルされる場合は、全額返金致します。

上記翌日(12/1)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頂けなくなった場合は、代わりの会員さんへお譲り頂くことも可能です。

持ち物：エプロン

受付：11/1(水)・2(木) 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11月6日(月)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：お申込みより一週間以内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はお電話にてその旨ご連絡ください。

※ご連絡なく入金がない場合は、他の方にお譲りさせていただきます。予めご了承下さい。

\*当日お作りになったお料理は、あい・ぽーとにて召し上がっていただきます。  
時節柄、お持ち帰りはお遠慮ください。