

# 2020年9月 薬膳カウンセラー 初級講座 in奈良 全10回 (各90分) 50,000円+税

薬膳的ホームドクターを目標にした「薬膳カウンセラー」初級講座。中医学の基本の陰陽論、気血津、五臓の働きなどを、お伝えします。  
 自分の体質や体調に合わせた食材を選んだり、組み合わせたりする為に必要な基本的な知識が詰まっています。  
 初級講座修了者の方は、体質診断をする為の診断学(望診法)を学べる中級講座へ進級できます。

日程	内容
<b>第1回</b> 9月6日(日) 9月1日(火) 10月1日(木)	陰と陽について 食べ物・体質・体調の陰陽
<b>第2回</b> 10月11日(日) 10月13日(火) 11月5日(木)	気・血・津(水)について 気機について(五臓五腑の働き)
<b>第3回</b> 11月15日(日) 11月10日(火) 12月3日(木)	基本の証について 虚証について 食材の性能について①(効能・五性・五味)
<b>第4回</b> 1月17日(日) 1月12日(火) 1月7日(木)	基本の証について 実証について 食材の性能について②(帰経・昇降浮沈)
<b>第5回</b> 2月14日(日) 2月9日(火) 2月4日(木)	季節の邪気 季節の養生

日程	内容
<b>第6回</b> 3月14日(日) 3月16日(火) 3月4日(木)	五臓の働き「肝」「胆」 「肝」「胆」の養生について
<b>第7回</b> 4月11日(日) 4月13日(火) 4月1日(木)	五臓の働き「心」「小腸」 「心」「小腸」の養生について
<b>第8回</b> 5月16日(日) 5月11日(火) 5月13日(木)	五臓の働き「脾」「胃」 「脾」「胃」の養生について
<b>第9回</b> 6月13日(日) 6月15日(火) 6月3日(木)	五臓の働き「肺」「大腸」 「肺」「大腸」の養生について
<b>第10回</b> 7月11日(日) 7月13日(火) 7月1日(木)	五臓の働き「腎」「膀胱」 「腎」「膀胱」の養生について

【開催時間】 <日曜日&火曜日クラス>14:00~15:30 ⇒同日の午前10:00~13:30に 和食薬膳 基礎クラス(お料理教室)を開催  
 <木曜日クラス>10:30~12:00

【講師】 平井 みゆき(薬膳カウンセラー/国際薬膳師/望診法指導士)

\*ご都合が悪い日程がある場合、他クラスへの振替もしくは次期講座にて補講受講頂けます。

\*大阪クラス(天然食堂Cafuu)にて<9月開講 第4木曜日10:30~><4月開講 第2土曜日10:30~>の補講受講も可能です。