

2020年9月
2021年4月

薬膳カウンセラー 初級講座 in 大阪

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
第1回 9月24日(木) 4月10日(土)	陰と陽について 食べ物・体質・体調の陰陽
第2回 10月22日(木) 5月15日(土)	気・血・津(水)について 気機について(五臓五腑の働き)
第3回 11月26日(木) 6月12日(土)	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)
第4回 1月28日(木) 7月10日(土)	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)
第5回 2月25日(木) 9月11日(土)	季節の邪気 季節の養生

日程	内容
第6回 3月25日(木) 10月9日(土)	五臓の働き「肝」「胆」 「肝」「胆」の養生について
第7回 4月22日(木) 11月13日(土)	五臓の働き「心」「小腸」 「心」「小腸」の養生について
第8回 5月27日(木) 12月11日(土)	五臓の働き「脾」「胃」 「脾」「胃」の養生について
第9回 6月24日(木) 2月12日(土)	五臓の働き「肺」「大腸」 「肺」「大腸」の養生について
第10回 7月22日(木) 3月12日(土)	五臓の働き「腎」「膀胱」 「腎」「膀胱」の養生について

【開催時間】 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。

*奈良クラス(寺子屋*花)にて<9月開講 第2日曜日14:00～or第2火曜日14:00～><10月開講 第1木曜日10:30～>の補講受講も可能です。