

第18回

はしおき(DE)かむかむセミナー



美しい所作で、よく噛んで、こころカラダよろこぶ習慣を。
季節感と和食文化を織り交ぜた、体感食養生。



そんなあなたに...

- 季節の薬膳ワンポイント
- よく噛むことがもたらすウレシイ効果について
- はしおきを使った、かむかむワークショップ

(五季のおもてなし茶、ひとくち玄米ごはん付)

日時 1月19日(日) 10:30~11:45
会場 村田歯科医院 2階セミナー室「つばき」
〒951-8067 新潟市中央区本町通八番町1353
*開始10分前までに、待合室にお越しください。
定員/会費 4名 / 1000円(税込)
持ち物 マイ箸(普段お使いのお箸をお持ちください)
お申込先 村田 美奈子
✉ muratadent-p@amil.plala.or.jp
☎ 050-5362-8657
氏名、住所、電話番号をご連絡ください。

講師: 村田 美奈子(村田歯科医院 薬剤師/歯科助手)

漢方薬・生薬認定薬剤師
調理師、食養生コーディネーター、薬膳アドバイザー

薬の正しい使用方法に関するセミナーを開催する傍ら、薬に頼りすぎない生活の提案として、食養生・薬膳の普及活動をしています。詳細はQRコードからご覧ください。

