

毎日が楽しく、家族が愛おしくなる！

第15回 わくわくキッチン ミニセミナー付きランチ会

薬膳 de 花粉症対策

毎年春が憂うつ。。でも薬には頼りたくない！
手に入りやすい食材やお茶でゆるりと
体質改善してみませんか？

花粉症に対する対処法と
少し早めの養生で年々症状を
軽くしていきましょう！

体質診断によるアドバイスや
オリジナルの薬膳茶を作ります♪



- ◇日時◇ 2020年2月6日(木)10時半～13時半
- ◇場所◇ 世界で一番自然に近い家 無添加住宅モデルハウス
横浜市営地下鉄中川駅徒歩2分 ハウススクエア横浜内
- ◇講師◇ ～Sola～ 中村幸代
- ◇ランチ◇ お楽しみに♪
- ◇参加費◇ 5000円



【講師プロフィール】

ボディケアセラピスト歴8年。

推拿整体をメインにシェアサロン、出張イベント、助産院や産院、デイサービスで活動中。

薬膳フードデザイナー

食べることが好きなことから薬膳に興味を持ち2017年12月に薬膳フードデザイナーの資格を取得。

薬膳講座やオリジナル薬膳茶のWS、カフェでの薬膳茶の提案ツキイチ間借りカフェなどでも活動。

年齢を重ねるたびに元気に！綺麗に！なることを自分自身も楽しみながらお届けしています。

〈問い合わせ・申し込み〉 わくわくキッチン 北川美智子

<http://wakuwaku-kitchen.info/>

Mail michiko@wakuwaku-kitchen.info

Tel 070-6652-6256