



博子先生に学ぶ「気血水」  
わたしを生きる  
「養生法」

おくすりを飲む前に台所にあるものを使って養生しませんか

終了しました

4月21日(日)・7月21日(日)・10月27日(日) <全3回> 12:20~15:20

定員: 15名 講習費: 各回 6,050 円 講習費 5,500円 + 消費税 550円

「おくすりなごはん」の著書、船戸博子先生が、岐阜からナチュレにやってきます！  
毎日の食事を「わたしのおくすりなごはん」にすることで、健やかに自分らしく生きていくことができれば。  
まずはこの3回のセミナーで「生きることとは何か」を学びましょう♪ おいしいごはんも一緒に♪

第1部: 博子先生の気血水セミナー 第2部: 田中先生の「おくすりなごはんランチ」試食会



船戸博子先生

漢方医・食医  
岐阜養老町の船戸クリニックで漢方診断を行う。  
食べることで本来のわたしが持つ自然治癒力を高める「おくすりなごはん」という考え方を大切にし、パーソナル薬膳をはじめ、さまざまな心と身体のためのセラピーも提案している。

船戸クリニックHPより



田中稔子先生

郷土料理・薬膳・キッズキッチン教室など幅広く活躍する新潟市在住の料理研究家  
博子先生と出会い、ご自身の「おくすりなごはん」を日々実践している。  
今回は博子先生監修のもと、テーマに沿った「おくすりなごはん」の調理を担当する。

お申し込み方法



← LINE公式アカウントに登録して簡単に申し込めます！

メールでのお申込みはこちら→  
[culture@katayama-eight.com](mailto:culture@katayama-eight.com)



QRコードで友達追加して申し込んでね！

件名「気血水」

①氏名 ②住所(新潟市中央区など) ③日中連絡できる電話番号

申し込みには3日以内に返信いたします。  
返信がない場合はお手数をおかけしますが、担当までご連絡ください

070-3351-7393 (カルチャー担当) / 025-270-0088 (カタヤマエイト)