

五季の新潟薬膳

人生に寄り添う薬膳

2025

4/12
土

5/24
土

7/12
土

10/18
土

12/13
土

2026

3/7
土

年齢を重ねるごとに移り変わる女性のライフステージ

「薬膳」と「養生」の知恵でいつも自分らしく過ごせますように

- 第1回 **春** 4/12 (土) 【青春の薬膳】薬膳スープ
- 第2回 **初夏** 5/24 (土) 【朱夏の薬膳】薬膳カレー
- 第3回 **長夏** 7/12 (土) 【黄土の薬膳】薬膳おつまみ
- 第4回 **秋** 10/18 (土) 【白秋の薬膳】薬膳おかゆ
- 第5回 **冬** 12/13 (土) 【玄冬の薬膳】薬膳おせち
- 第6回 **早春** 3/7 (土) 【こどもの薬膳】薬膳おやつ



国際食養薬膳師
高津料理教室主宰
高津 もろみ先生

《受講料》各回税込 6,600円 (※12月のみ 7,700円)

《時間》毎回 10:30~14:00 《定員》12名 (主食+スープ+副菜2~3品+デザート+薬膳茶)



《お申し込み方法》 ※キャンセルポリシー／前日当日50%、連絡なし100%※

公式 LINE からの申し込み

- ・公式LINEからの申し込み (※LINE公式アカウントに登録して簡単にお申し込み)
- ・メールでの申し込み【culture@katayama-eight.com】 (※3日以内に返信いたします)
万が一返信がない場合はお手数をおかけしますがご連絡ください)
- ・お電話でのお申し込みはできませんのでご了承ください

①お名前(ふりがな) ②住所(新潟市中央区など) ③日中連絡できる電話番号

