

講座番号 24-A-25 講座名 夢見る大人の家庭科室

講座日程	第 2	土曜日	時間	始まり	終わり	募集人員	8名
4月 13	5月 11	6月 8	7月 13	8月	9月 14		
10月 12	11月 9	12月 14	1月 11	2月 8	3月		

トミダミキ
教授名 富田美紀 講座教室 高松公民館調理室

★教授プロフィール★

“カメラアシネンシス・茶”の奥深い茶の世界を探求しています。丁寧に淹れられた世界のお茶の美味さや香りを楽しむことができるようにお伝えしたいです。私の講座のコンセプトは“自然・茶・癒・香”です。一般社団法人日本プロトコール・マナー協会認定インストラクター・ティーコーディネーター・世界のお茶マイスター・日本中国茶協会認定中国茶エキスパートシニア・薬膳茶エバンジェリスト・スリランカティマスターコース修了・アフタヌーンティ協会アドバンス終了。

★講座概要★

ハーブをブレンドしてMy薬膳茶作りと薬膳の基礎を学びます。毎日の食事には、季節に寄り沿い麹や酒粕など発酵を取り入れ、健康的な体作りを促しましょう。食について楽しく学びましょう。座学と実習。 #薬膳茶 #薬膳 #手軽な食材 #医食同源

★講座詳細紹介★

・中医学をベースに季節に合わせ、体調を整えていく「薬膳」「薬膳茶」を取り入れます。30種以上のハーブ素材から薬膳茶をブレンドしシェアします。発酵調味料や味噌(年に3種)を作り簡単薬膳調理を行います。何故「発酵」か？酵素の働きを知らながら理解していきます。10回通し薬膳茶と中医学の基礎を学びそれに合わせた薬膳・ナチュラルスイーツやRawSweets(卵乳製品・小麦・米粉不使用)を作ります。(デモの後仕上げは家でいたします)

* 偶数月・・・TEA&SWEETS 奇数月・・・発酵&調理&TEA

* その他費用

・資料代、材料費 1500円/回・味噌作り(年3回材料費追加)

申込方法:①講座番号 ②講座名 ③住所 ④氏名(フリガナ) ⑤電話番号⑥生年月日 ⑦性別
をご記入の上 ハガキ・FAX・Eメールで、かしま灘楽習塾 事務局まで
TEL0299(85)2601 FAX(85)2602 〒314-0031 茨城県鹿嶋市宮中4631-1
Eメール nadapost@nadajuku.com

★講座日程は変更のある場合があります。ご注意ください。