

4月

新講座

ハーブの基本と応用

おいしいハーブの楽しみ方～春編

- * 講師 AHTA 理事長 木之下 恵美
- * 開講日 第4金曜 13:30～15:00
- * 受講料 3カ月(3回)分 6,000円+税
- * 教材費 毎回2,200円教室支払い
(テキスト・ハーブ等材料)
- * 持ち物 A4サイズのテキストが入る大きさの手提げ袋
筆記用具



有機農法・無農薬の新鮮ドライのドイツメディカルハーブをおいしく楽しむ「春編」です。

専門誌『美くなる食事療法』で人気の、ハーブの楽しみ方の発案・監修者である講師本人とともに、ハーブティの基本と、毎日の生活に簡単に取り入れることができるおいしいハーブレシピを楽しみながら学びます。4月から始まる3カ月講座です。

◇平成30年4月～6月カリキュラム◇

【4/27】

- ◇ドイツメディカルハーブ・ハーブティーとそれ以外の抽出方法
- ◇鼻づまりにもむくみにも更年期にも使われる錬金術師のハーブ
- ◇レディースマントルのお話とティータイム

【5/25】

- ◇不眠と不安と血圧のためのやさしいメディカルハーブの使い方
- ◇血圧を安定させて不安をとる竜の樹のハーブ
- ◇ドイツの薬樹・リンデンバウムの話とティータイム

【6/22】

- ◇時のハーブで初夏のハーブを改善しましょう
- ◇イギリスハーブの王道を
ドイツメディカルハーブから探る
- ◇ラベンダーのソルベと
レスキューチンクチャー



詳細は右記フリーダイヤルまでお問い合わせください。

※内容・日程は変更になる場合がございます。ご了承ください。
※講座により募集締切日が異なりますので、お問い合わせください。
※お申し込みの人数によっては、開講中止となる場合もございます。予めご了承ください。



Culture&Communication 中日新聞

ぎふ中日文化センター

フリーダイヤル

0120-670-877 10:00～19:30
月・土曜は17:00まで

〒500-8875 岐阜市柳ヶ瀬通1-12 岐阜中日ビル3F

中日文化センターへ初めてご入会される方は、別途入会金(3,500円+税)が必要です。
※中学生以下、満65歳以上の方は入会金不要です。