



がんばる女性を応援する  
KAMPO 煎専堂のワンデーセミナー

**参加費  
無料**  
※参加特典あり!  
詳細は下段に!

# いつもの食材で 「めぐり薬膳」を! 冷え・生理痛を改善したい!

**日時** 11/23 (金・祝日) 14時~16時  
※開場・受付: 13時半~

最近、身体の  
冷えが気になる...

こんな方に  
おすすめ!

食生活で改善  
できないかしら...

薬膳って何?  
難しくないの?

## 講師

### 植木もも子先生

料理研究家、国際中医薬膳管理師、  
国際中医師、管理栄養士

【プロフィール】「おいしく、賢く、楽しく、健康に」をモットーに、書籍、雑誌、料理教室など多方面で活躍中。『NHK テキスト きょうの健康』での連載や、『薬膳・漢方 食材&食べ合わせ手帖』（西東社）、『からだを整える薬膳スープ』（マイナビ）など、著書多数。自宅でインナーヘルシー&ビューティ薬膳教室を開催。玉川タカシマヤカルチャーで講座開催中。東方健康倶楽部で『季節の薬膳講座』を開催中。



## 場所

### 大宮ソニックシティ 6階

アクセス:大宮駅西口より徒歩3分  
(歩行者デッキ直通)

## 定員

### 60名 ※先着順

(大人の方を対象としたセミナーです)

お早めに!

## 申込方法

10/1(月)~10/31(水)の間で、  
下記メールアドレスにて受け付けます。

KAMPO 煎専堂ワンデーセミナー事務局

[seminar@takizawakanpoushou.co.jp](mailto:seminar@takizawakanpoushou.co.jp)



←メールアドレスのQRコードです。

※件名を「参加希望」とし、本文に  
「参加者全員の氏名(ふりがな)」、  
「電話番号」を明記ください。

※お問い合わせの際は、件名を「問い合わせ」として送信ください。

●いただいた個人情報はセミナーの運営のみに使用します。●参加受付後、事務局よりメールを送ります。●メールの送信に数日かかることがあります。ご了承ください。●1週間以上たってもメールが確認できない場合は、お手数ですが下記の電話番号へお問い合わせください。★KAMPO 煎専堂 <https://www.kampo-bar.com/>

## 全員もらえる!

### 参加特典

①健康茶 1箱 ※種類は選べません。

②HelloKitty  
オリジナルボールペン1本

※植木もも子先生からも  
『薬膳レシピ』プレゼント!  
(小冊子)



◎後援:埼玉県教育委員会、さいたま市

◎協力:TK製薬株式会社 SKP

かんぼうせんじどう

主催:KAMPO 煎専堂(株式会社タキザワ漢方廠)さいたま市大宮区堀の内町2丁目623-1◎事務局:048-646-5004

HelloKitty©1976, 2018 SANRIO CO., LTD. APPROVAL NO. G591815

(受付:平日10時~17時/担当:鈴木・曾我)