

薬膳プチ講座①

～薬膳の歴史と効果を知る～

冬の不調は体質から整えるオリジナルブレンド茶体験

薬膳が気になる……。

薬膳のお茶ってなに??



目的としたお茶です。

健康維持や体調調整を

冷やす・巡らせるなど

薬膳茶は、体を温める・

てみませんか。

ナルブレンドを体験し

るために薬膳茶オリジ

にあたって体調を整え

これから冬をむかえる

日時：11月20日（金） 14:00～15:00

場所：松森市民センター 会議室

対象定員：成人・15人（先着）

費用：材料費700円

持ち物：筆記用具

申込方法：10月9日（金）10:30～

材料費を添えて窓口へ（定員になり次第締切）

シナモン

黒豆

生姜

なつめ

クコの実