



## ☆「本場薬膳美人入門クラス」☆

薬膳インストラクター（初級）資格 養成講座（6期生）

### ◆薬膳とは

「養生薬膳」の通称で「東洋の栄養学」と言われています。

中国伝統医学（漢方医学の総本家）に基づき“薬食同源”の原則により身近な食材や漢方食材の効能を活用し組み合わせる美味しい膳食。健康維持、病気予防、不老長寿などに大いに役立ち「予防医学」の一端として世界中から注目されています！



### ◆本講座の特徴

	<p>① 漢方医学(中国伝統医学)の本場中国出身、国際中医師・国際中医薬膳師資格もつユウシャミン先生メイン講師担当 ～薬膳の知識も薬膳の実例も交えて分かりやすく学べます！</p>
	<p>② 対面では小人数(5名まで)にこだわり、感染対策徹底する ～講師手作りの薬膳茶を飲みながら受講できます♪ (対面と YouTube 配信受講を選択)</p>
	<p>③ 3回完結で、陰陽・五行と“医食同源”から季節の薬膳まで基本知識をしっかりと習得できます！（すぐお家薬膳実践 Ok） ～ プラス1回で薬膳インストラクター（初級）資格を取得 (必ず、合格まで指導します、今まで受講者全員合格)</p>



### ◆薬膳ってなんで身体に良いの？

**Check①** 薬膳はなぜ身体に良いのか？

～「東洋の栄養学」だから

**Check②** 薬膳は身近な食材で実践すぐ実感できる～

～“医食同源” = “薬食同源”だから

**Check③** 薬膳の養生効果は 身体の内側から美をキープ～

～ 漢方医学では、内臓は肌の鏡だから

※初心者も受講可能です！ 産休中のママや転職の間などで気軽受講できます♪

**【カリキュラム表】 対面全3回 平日金曜午後14時30分から3時間 またはYouTube5本**

第1回 11月12日	薬膳の基本概念；食物の性質と効能（“薬食同源”）
	「陰陽」・「五行」理論（中医学の基礎理論）；臓腑の概念
第2回 12月10日	食物の味とその作用；五味と五臓の関連
	生命維持する基本的な物質「気・血・津液（水）」の概念とその働き
第3回 2022年 1月14日	薬膳の組み立て方法；食養薬膳の基本～季節薬膳初歩 （資格認定受ける方は1回追加資格取得総復習講座が必要）

※講師の学会などでやむを得ない講義の日時変更もございますので、ご了承願います。

☆講師略歴： ユウシャーマン(Shamin Yu)

中国伝統医学食養生 consultant(潤佳食医) 薬膳料理研究家  
 株式会社潤佳(潤佳中医養生学習塾)代表(中国伝統医学理論・養生薬膳講師)  
 自身の中医学まつわる本場の文化や薬膳学習経験を活かし、  
 生徒さんに楽しく学んで頂き、実りのある授業を行っています。  
 薬膳資格取得にも精力的な指導により、合格率100%が評価されている  
 (メディア薬膳監修や薬膳レシピ受賞など経歴)

◆初級講座受講者の感想例

- 教え方はていねいでわかりやすく楽しいです。 M・Y様 女性
- 美味しい中国茶をいつも楽しみに参加しました。 K・T様 女性
- うれし～い！合格認定証書が届きました。ありがとうございます。  
立派なファイルに入っていて、薬膳の英語表記になるほど～素敵です。  
K・T様 女性

◆受講料等 (全て税抜き)

入学金：	5,000円	
受講料(コース) <u>(資料代、 添削代込み)</u>	40,000円 (3回分) テキスト代3,000円	★ 早割 30,000円 2021年 10月15日までお申し込み限り
	☆資格取得：(認定試験料金別途) 50,000円 (4回分) テキスト代3,000円	★ 早割 40,000円 2021年 10月15日までお申し込み限り

【お問合せ・お申込み】

潤佳中医養生学習塾(株式会社 潤佳)( [www.youjo-junka.com](http://www.youjo-junka.com) )

TEL：03-5201-3065

メール：[info@youjo-junka.com](mailto:info@youjo-junka.com)

〒104-0028 東京都中央区八重洲2-4-10, 第一幸田ビル 5F