

【スペシャル企画】

# 健伸堂の漢方講座

## 第7回「食は命なり！」元気になる食養生

今回のテーマは「食養生」です。大切な家族の健康を守るためにも、快適で充実した毎日を送るためにも、食事はとっても大切…とわかっているけど、実際にはなかなか難しい…そんなお悩みありませんか？

今回は「食養生」をテーマとして、スペシャルゲスト講師をお招きし、ご自身やご家族の体質や季節の変化に合わせ、ご家庭で簡単に取り組める「食養生」の秘訣をお伝えいたします！

in 京都駅前店

★★食養生のスペシャルゲスト講師による特別講座です★★

### 第1部：レクチャー〈食養生〉

食養生の基本から、それぞれの季節に合わせた一年を通した食養生、そして特にこの秋の時期の食養生についてお話いたします。

### 第2部：ご相談・茶話会

ご参加の皆様のそれぞれの体質に合わせた食養生のポイントをお伝えいたします。  
なんでもお気軽にご相談ください。

健伸堂オリジナルブレンド茶・京都の季節のスイーツつき

日時

2016年10月6日(木) 11時00分～12時30分

場所

健伸堂薬局 京都駅前店

参加費

1,000円(健伸堂オリジナル季節のブレンド茶+季節のスイーツ付)

定員

先着8名様まで

お申し込み

① お申し込みフォーム (右のQRコードを読み取ってください)

② お電話(075-353-7600)

③ メール(info@kanpou.info)

④ 店頭でスタッフにお声がけください



<http://urx.red/or0o>