

2023年1月期 オンライン講座

好奇心の、その先へ
NHKカルチャー

美活＋健活の中医薬膳講座

講師：社団法人 日本・中医保健医学会理事長 西川 修

季節にあったタイムリーなテーマを取り上げ、その不調を“なに、なぜ・どうして・だからどうする”の三段論法で、理論から実践法までを薬膳指南以外に日常の養生法を交えて学びます。

御年81歳、日本人でただ一人の“中華名医傑出人材賞”(2002年、中国世界名医論壇専門家委員会)を受賞した超ベテランの講師が教える納得の90分です。



* 図解を中心とした豊富なテキスト付きで講義します。

1月：新型コロナに打ち勝つのは“自己免疫力の強化”しかありません
では、その秘訣は!? 食べ方にあり

2月：高血圧・万病への引き金の出番の季節がやってきました
防ぐ、改善する日々の飲食養生を学びましょう

3月：クスリの原点・お茶の医学・・・「茶は万病のくすり」
これを知ればあなたはお茶博士

日時	指定土曜 13:30～15:00 ※上記カリキュラム参照
受講料	9,636円 (会員・一般共通・3回分) ※テキスト代含む
備考	講座の初回日にZoomのルームURLをご登録メールアドレスに送信します。 メールが届かない場合は文化センターまでお問い合わせください。
注意	★こちらはオンライン講座です。(ビデオ会議アプリ「Zoom」利用) ★PC、タブレット、スマートフォンなどをご用意ください。 ★オンライン環境の事前準備をお願いします((LANケーブルもしくはWi-Fiに接続し、通信環境の良い場所からご参加ください))。 ※講座の録音・録画収録は堅くお断りいたします

好奇心の、その先へ
NHKカルチャー

www.nhk-cul.co.jp

株式会社 NHK文化センター 名古屋教室

【窓口・お電話受付時間】

月～金曜 9:30～18:00 土曜 9:30～17:00 日曜 9:30～15:00
〒461-0005 名古屋市東区東桜1-13-3 NHK名古屋放送センタービル7階

TEL:052-952-7330 FAX:052-952-7331

