



早いもので、今年も残すところ2か月余りとなってまいりました。ハロウィンやクリスマスも楽しみなところですが、年の瀬が近づくと、触れる機会が多いのが“和の習慣”。そして、“和のハーブ”です。でも、日ごろ目にしつつ、当たり前になっているのも“和のハーブ”かもしれません。

そこで、今回のテーマは“和ハーブの療法と養生”です。昔からある和のハーブを摂り入れた健康法や食習慣を知るとともに、よき日本の歴史を振り返りましょう。ぜひ、この機会に和のハーブ国、日本の温かな風情にも触れ、みな様のハーバルライフにお役立てください。そして、ますますハーブの面白さを実感していただきたいと思います。セミナーでは、林先生のお話以外にもハーブメニューを囲んでの交流会も予定しています。またとない機会です。多数のご参加をお待ちしております。



- 日 時：12月5日(土) 15:30 ~ 19:00 (セミナーと交流会)
- 講 師：林 真一郎氏 (薬剤師 臨床検査技師 グリーンフラスコ代表)
- プログラム
  - \*1部： 林真一郎先生 ご講義  
『ハーブ国日本の和の療法と冬の養生について』
  - \*2部： スパイスを使ってオリジナル“お屠蘇づくり”
  - \*3部： 『和の食文化とハーブの関わり』  
ハーブとスパイスを使った”冬養生メニュー”を囲んでの交流会



- 参加費：スクール生(資格コース) / 5,500円 一般/ 5,800円  
※事前お振込となります。  
お振込先：みずほ銀行大岡山支店 普通 2284932 HERB STORY セミナーグチ  
※お振込みにて、お申込み完了となりますので、お気をつけください。  
※キャンセルポリシー：1週間前/30% 3日前・50% 前日午後より/100%  
※それ以前のキャンセルも手数料1000円をお引きしてのご返金となります。ご了承ください。

- 定 員：20名(定員となり次第締め切ります)
- お申込み方法：メールにてお受けいたします。 [info@herbstory.jp](mailto:info@herbstory.jp)  
※お申し込まいただいた方には、こちらのご案内をメールにてお送りいたします。
- 会 場：HERB STORY Shop & Salon  
東京都目黒区大岡山 2-2-1 グリーンヒルズ福田 1F  
東急目黒線・大井町線 大岡山駅 徒歩1分 TEL 03-5726-9674
- 主催：HERB STORY (School & Salon, Shop & Salon)



※今年最後を締めくくる会となります。多数のご参加お待ちしております。

