



カラダをいたわる 「薬膳」のお話

2025 2.15 <土>

10:30~11:45

東京YWCA会館 カフマンホール

参加費1300円

(薬膳茶、スイーツ込み)

ろくまる企画 第9弾★



薬膳茶と薬膳スイーツを召し上がっていただきながら
季節ごとのカラダの養生と代表的な食べ物や調理方法のお話

主催 「留学生の母親」運動を支える会 ろくまる
新井美和子、小池えりか、河野弘美、仲澤純代

申し込み先 メール 60ywca@gmail.com
または直接ろくまるメンバーへ (2/7金曜日締め切り)

講師 西原美香子 日本中医薬膳師
カラダとココロ、そして自然界の出来事
とのつながりに惹かれて、日本YWCA
職員として働きながら薬膳を学ぶ

東京YWCA会員 「留学生の母親」運動
世田谷地域メンバー

👩‍🍳ミニバザーもやります👩‍🍳



こちらの収益は全て東京YWCAの
「留学生の母親」運動に寄付いたします