

薬膳時間 自分の体質を知る

ゼロ動線キッチンから始まる



美しく機能的な「ゼロ動線キッチン」空間で、
お一人お一人の体質に合わせたアドバイスと、
体にやさしい軽食を楽しみながら、
心身を整える知恵を学んでみませんか？



2026. **10.19** (mon.) 10:00-12:00/13:00-15:00

トーヨーキッチンスタイル広島ショールーム
広島市中区中町7-35 和光中町ビル1F
参加費：お一人様 ￥3,000 税込

講師
木村 富美代

テーマ： 発酵×薬膳×暮らしごと

発酵と薬膳で、体と心を整える食卓を
ご提案しています。
自家製米麺や発酵調味料を取り入れ、
「台所から暮らしを整える」をテーマに
自宅にて料理教室を主宰。

講師
小西 真留美

テーマ： 中医学×マヤ暦×巡り

中医学やマヤ暦の視点から、体と心の
「巡り」を整えるカウンセリングを主宰。
古くから伝わる知恵を取り入れ、自身の
現在地を知り、日々を健やかに育むヒント
をお届けします。

お問合せ

トーヨーキッチンスタイル広島ショールーム
営業時間 10:00～18:00 定休日：水曜日
TEL：082-544-2511



ご予約はこちらから
※プロフィール公式LINEにて
お友達追加のうえ〈お名前〉〈ご希望の時間〉を
お送りください。