

ととのう薬膳醤油

いつものお醤油を、自分の体質に合わせた特別な一滴に。

疲れやすい、冷えやすい、むくみやすい、なんとなく身体が重い…。
そんな日々の小さな不調を、毎日の食事から見つめ直してみませんか？
薬膳は、漢方の考え方をもとに、食材が持つ性質や働きを生かし、
体質や季節、体調に合わせて食を整える養生法です。

2027 **1.24** SUN **10:30-/13:30**

トーヨーキッチンスタイル岡山ショールーム
岡山市北区今2-8-4

参加費：お一人様　￥6,600 税込

オリジナル薬膳2本お持ち帰り付き

定員：各回6名様 （定員に達し次第、締め切りとさせていただきます。）

持ち物：筆記用具

※会費は当日お支払いいただきます。(現金のみ)
※最少催行人数を午前・午後の合計6名様とさせていただきます。
※お申し込み締め切りは1月17日(日)となります。
　締め切り後のキャンセルにつきましては、キャンセル料を頂戴いたします。
　あらかじめご了承願います。



薬膳の基本や食材の性質について学びながら、ご自身の体質をチェック。
今の身体に合わせた薬膳食材を選び、オリジナルの「薬膳醤油」づくりを体験していただきます。
テーマは「めぐり」。
めぐりを意識しながら、身近な食材を組み合わせ、自分だけの薬膳醤油をつくります。

漢方や薬膳が初めての方も、どうぞお気軽にご参加ください。

ご予約はこちら

お問い合わせ
トーヨーキッチンスタイル
岡山ショールーム
TEL：086-243-6111
営業時間：10:00～18:00
定休日：水曜日



医学博士・細胞生物学者
ナカソネ　ナオエ さん

遺伝子学・生化学を専門とし、22年間にわたり国立大学医学部で細胞レベルの生命現象を研究。
現在は薬日本堂漢方スクール講師として活動するほか、全国でセミナーや企業向け健康講座にも登壇。
「細胞漢方学®」を提唱し、生命科学と漢方をつなぐ視点から、健康や養生をわかりやすく伝えている。

TOYO KITCHEN STYLE®