

冬から春への身体ケア。身体の声に耳を傾けてみませんか？

スペシャルセミナー あなたの身体の中の免疫を知ろう！

～ランチタイム 免疫アップのお野菜・ハーブのお弁当～

ぴーずはーぶ～always～ 秋のイベント 2017.11.27

ぴーずはーぶ～Always～恒例の秋のイベントのご案内です。

今回のスペシャルゲストは、埼玉医科大学保健医療学部講師の木村 美智代先生をお迎えして、私たちの身体の免疫のお話をさせていただきます。

季節は秋から冬を迎え、風邪やインフルエンザ、花粉症などから身体を守る、免疫機能を知って健やかにこの季節を乗り切りましょう。

ほんの少し、身体の声に耳を傾けてみませんか？

イベントの後半には、ぴーずはーぶ～always～代表水澤博子が作ります免疫アップのハーブや食材を使いましたお弁当を味わいながら、参加者の皆さまと和やかな時間を過ごしたいと思います。

ぴーずはーぶ～always～受講生はもちろんのこと、はじめての方も、また免疫のお話にご興味ある方も、ぜひご参加ください。よろしく願いいたします。

日時 11月27日 月曜日

12:30～16:00

場所 常盤平市民センター別館第3会議室

千葉県松戸市常盤平 3-30

新京成線常盤平駅南口より徒歩8分

参加されます方には地図をお送りいたします。

参加費 4500円

(ぴーずはーぶ～always～受講生 4000円)

定員 30名 定員になり次第締め切ります。

お早目のお申し込みをお勧めいたします。

締め切り 11月20日

お申し込み・お問い合わせ

ぴーずはーぶ～always～ 水澤 博子

info@ps-herb.school

090-6927-6681

ホームページ

<http://ps-herb.school/>

木村 美智代先生

所属：埼玉医科大学保健医療学部講師

資格：臨床検査技師

上級健康食品管理士（日本食品安全協会認定）

予防医学メンタルヘルス相談士（日本予防医学会認定）

シニアハーバルセラピスト（JAMHA 認定）など



免疫アップのハーブ・スパイス弁当

- * 舞茸とレンコンのバルサミコンソテー
- * オリジナルハーブソルトの串焼き
- * ビタミン ACE のかぼちゃのサラダ 他
- * 免疫アップの薬草スープ
- * エキナセアのおんみつ 他