

三重交通グループ 薬膳講座

薬膳の専門家集団(大学教員)が教える本格講座

毎日の生活に活かしたい薬膳(食養生)や栄養学・ツボ・健康運動を学びます

講座スケジュール

講義(Zoomにて実施)

- 第1回(10月11日): 薬膳の基礎
第2回(11月 8日): からだの不調に対する薬膳
冷え・胃腸トラブル編
第3回(12月13日): からだの不調に対する薬膳
2025年 疲れ・肌荒れ編
第4回(1月10日): 健康寿命を延ばすためには
第5回(2月14日): ツボと健康運動
肩こり・腰痛編
※いずれも19:00~20:00

調理実習(大学にて実施)

2025年
3月8日(土) または 3月9日(日)
「ストレス疲労と薬膳」
9:30~ 講義
10:30~ 調理実習と試食
※13:30終了予定

認定資格

課題提出にて
『健美薬膳師』授与

講師

高木 久代(医療薬膳師)
鈴鹿医療科学大学 教授(医学博士)
浦田 繁(医療薬膳師)
鈴鹿医療科学大学 教授(鍼灸学博士)

三浦 俊宏(医療薬膳師)
鈴鹿医療科学大学 教授(薬学博士)
長岡 伸征(鍼灸師)
鈴鹿医療科学大学 助教(医科学修士)
村林 新吾(元相可高等学校食物調理科教諭)
鈴鹿医療科学大学 客員教授