

気軽に薬膳 ♪

季節の養生と 薬膳茶づくり

春

薬膳茶で心と体を整える

- 季節の“過ごし方”を知る
～漢方にみる 季節の養生について～
- 季節の“薬膳茶”を楽しむ
- 自分に合った薬膳茶を作ってみる



2026 4/23 木
10:00 - 11:30

会 場：港南区民活動支援センター 会議室
人 数：10人
材料費：500円（先着順）
講 師：港南区「街のアドバイザー」
漢方養生 むつみ
募 集：令和8年3月11日（水）9:30～
電話もしくは直接センター受付へ

港南区民活動支援センター Tel: 045-841-9361

〒233-0004

港南区港南中央通10-1 港南公会堂棟1階
午前9時～午後5時 休館日：毎週月曜

<https://kounanshien.com>

アクセス：市営地下鉄「港南中央駅」
バス停「港南区総合庁舎前」下車すぐ

