

2021年度 Reカルチャーサロン

季節の養生と薬膳 講座日程

○3月13日(土) 10時半～12時

**春の養生と薬膳**

～いらないものをデトックスして「やる気」を育てる春～

○6月26日(土) 10時半～12時

**夏の養生と薬膳**

～夏の暑さに弱らない！負けない！老けない！～

○9月11日(土) 10時半～12時

**秋の養生と薬膳**

～お肌にも心にも潤いをあたえる秋にしよう～

○11月13日(土) 10時半～12時

**冬の養生と薬膳**

～風邪予防、冷え改善、エイジングケアも冬の養生で～

ル・プティ・エピス ハシガミユカリ