



＜漢方入門講座・応用編＞ 「むくみ・ダイエットに役立つ漢方」

2022年9月17日(土)
10時30分～12時00分

ヴィーナス メディカルハーブ LABO 東京お茶の水校
〒101-0062 東京都千代田区神田駿河台 2-5-20 春田ビル 2F

漢方薬には、ダイエットに効果が見られる処方があります。
どの処方を選ぶかは、漢方の基礎「気血水」と「陰陽五行」に戻ることが大切です。
私たちの体内では、大きな変化に対応できるように毎日が健康であるように、日々変化と戦ってくれています。
それをホリスティック（恒常性）と表現しますが、漢方薬は恒常性を維持することに得意な存在です。
ダイエットにしてもほかの症状にしても、自分の体調は自分が一番わかるはずです。
自分の身体（体質）を把握できると漢方と仲良くなれますよ。
ダイエットの漢方薬は、体質別に選ぶことができます。
まずは体質チェック、ダイエットだけでなく様々な不定愁訴にも役立ちます。
● 実習は、ダイエットに向くハーブなどをブレンドしたデトックスティーを作ります。



←詳しくはこちらの QR コードから

