

【新講座のご案内】

鳳凰にて
ご予約
承り中

鳳凰薬膳講座

2025年

【中国料理 鳳凰】総料理長 岡部 悟による
毎月のテーマに沿ったお話しと料理の実演。
季節の薬膳コースをお楽しみいただきます。

講座：美味しく食べて健康を取り戻そう。

中医薬膳学を基本に年齢、体質、体調、季節、病気に合わせた
合理的な食生活を提唱し、人々の健康維持を願い、季節感を
感じて頂き、現代に生きる食養生を提案させていただきます。

8/14 葉月	食用、食養、食療、薬膳、食忌について 盛夏の余熱が残り、蒸し暑さが続く	滋陰潤肺
9/11 長月	正気を保養する 夏の盛りが過ぎ、昼夜の気温の差が大きくなる	養肺止咳
10/9 神無月	邪気を取り除く 秋も深まり、草木に露が寒さで冷たく凝結	温肺滋陰
11/13 霜月	陰陽を調和させる 冬の始まり陽気、陰気ともに人体の腎に収め洩れないように	補気補陽
12/11 師走	食材と中薬の分類 自然界も冬眠に入り、栄養分を貯蔵し五臓を補う	補腎温陽

■会費：¥5,000（税金・サービス料込）

■会場：2F 中国料理 鳳凰 12:00～14:00

ホテルクラウンパレス知立 2F 中国料理 鳳凰
〒472-0033 愛知県知立市中町中128
TEL.0566-84-4788 / FAX.0566-81-5757

薬膳コース
メニュー例
(2025年第1回講座)
※毎回異なります

○食前酒
○健美五味調和オードブル盛り合わせ
○八種の山海の珍味入り養生スープ
○海の幸と山芋の紅花炒め

○牡蠣の青海苔揚げ 薬味辛子ソース
○阿膠入り丸ごと鮑のさわやか富士の鶏焼売
○春野菜七種入り健美粥
○デザート盛り合わせ ○香り豊かな薬膳茶

【申込書】

お申込み講座 □に✓をご記入ください。	8/14 ☐	9/11 ☐	10/9 ☐	11/13 ☐	12/11 ☐	[完全予約制] ※開催日3日前迄の受付 ※キャンセルは前日迄となります。 (当日はキャンセル料金頂きます。)		
(フリガナ)								
お名前							ご参加 人数	名様
ご住所	〒							
	お電話						Mail	

主催：鳳凰薬膳研究会