



# 第一回 和ハーブ基礎講座

## in 和ハーブcafeまる吉

<和ハーブとは？>

皆様は「和ハーブ」をご存じでしょうか？

ハーブ・アロマセラピーの有用性が広がりを見せる中、そこで使われるものはほとんどが海外のもの。対して「和ハーブ」は、日本を故郷としてこの風土で育ち、伝統的に暮らしの中に取り入れられてきた有用植物のこトです。私たちの生まれ育った日本には、日本人の心身に合った素晴らしい植物文化があり、香りや作用も素晴らしい和ハーブたちがいるのです。しかし残念なことに、和ハーブの知恵や知識は、過去へと置き去られ、そして忘れられようとしています。

身土(しんど)不二(ふじ) = “人にとって生まれついた風土のものほど、自らの身体に合うものはこの世に二つとない” という言葉があります。この「和ハーブ」はまさに日本人にとって、“古くて新しい生きる知恵”。

岡山にも、皆さんがまだ気づいていない素晴らしい和ハーブがあるのです。

日本人本来の 健やかさと美しさの秘訣を、ぜひ皆様も一緒に受け継いでいきませんか。

和ハーブインストラクター  
和ハーブcafeまる吉 森岡 直子

日時 : 平成26年5月24日  
場所 : 和ハーブcafeまる吉  
〒708-1523  
岡山県久米郡美咲町吉ヶ原394-2  
柵原ふれあい鉾山公園内  
電話 : (080)3025-9899 和ハーブcafeまる吉  
E-Mail : kouza@marukichi.net  
定員 : 20名 (定員になり次第締切)  
料金 : 3,240円 (税込)  
\*講習費、テキスト、和ハーブティなど材料費  
\*懇親会は別途2000円  
(ワンドリンク+和ハーブ料理2品、当日お支払いください)



振込先:

中国銀行 周匝 (スサイ) 支店普通 1290370 名義人: カ) カタカミテツドウ  
\*H26年5月23日 (金) までにお振込みください

### ～プログラム～

14:00～15:00 講座① “日本人の健康と美の源” 和ハーブとは？  
15:15～16:30 講座② 和ハーブ実践！基礎講座 (ティーの入れ方)  
17:00～19:00 懇親会 (於: まる吉cafe)

講師: 古谷暢基  
講師: 平川美鶴



講師: 古谷暢基

和ハーブ協会代表

本や雑誌の著者、講演、講師などとして活動し、健康/美容/医療系団体および学校の幹部・顧問なども多数。

“わかりやすい予防医学・統合医療を啓発し、賢い健康市民を増やすことが、日本の幸せ指数を上げる” をコンセプトに、和ハーブに関わる健康や美容に関する執筆・講演・メディア活動・各プロデュース・コンサルティング等を行う。

和ハーブ検定テキストでもある『和ハーブにほんのわすれもの』『和ハーブ・スタイル』著者  
一般社団法人 健康スクエア推進協会 理事/一般社団法人 日本スキンケア協会 特別顧問  
/日本ダイエット健康協会 理事等

講師: 平川美鶴

和ハーブ協会 執行役員

日本全国の和ハーブ地域振興にも携わる傍ら、健やかキレイなオリジナルの和のハーバルライフを開拓している。自然の恵みを活かし暮らしてきた、ニッポンの先人たちの生活の知恵を敬い、それらを今の時代に活かすメッセンジャーとして活躍中。和ハーブインストラクタ養成講座講師として、インストラクターの養成を行っている。



和ハーブ協会HP: <http://wa-herb.com/> 和ハーブcafeまる吉HP: <http://marukichi.net/>



# 第一回 和ハーブ基礎講座



in 和ハーブcafeまる吉

申込用紙

\* 下記項目に記入ください

氏名	
住所	〒
電話	( ) -
携帯電話	( ) -
E-Mail	@
懇親会	参加 ・ 不参加

振込先:

中国銀行 周匝(スサイ)支店  
普通 1290370

名義人:カ)カタカミテツドウ  
(株式会社片上鉄道)

\* H26年5月23日(金)までにお振込みください

日時 : 平成26年5月24日  
 場所 : 和ハーブcafeまる吉  
 〒708-1523 岡山県久米郡美咲町吉ケ原394-2 柵原ふれあい鉦山公園内  
 電話 : (080)3025-9899 和ハーブcafeまる吉 E-Mail : kouza@marukichi.net  
 定員 : 20名(定員になり次第締切)  
 料金 : 料金 : 3,240円(税込) \*講習費、テキスト、和ハーブティなど材料費  
 \*懇親会は別途2000円(ワンドリンク+2品)(当日お支払いください)



# 第一回 和ハーブ基礎講座



in 和ハーブcafeまる吉

申込用紙

\* 下記項目に記入ください

氏名	
住所	〒
電話	( ) -
携帯電話	( ) -
E-Mail	@
懇親会	参加 ・ 不参加

振込先:

中国銀行 周匝(スサイ)支店  
普通 1290370

名義人:カ)カタカミテツドウ  
(株式会社片上鉄道)

\* H26年5月23日(金)までにお振込みください

日時 : 平成26年5月24日  
 場所 : 和ハーブcafeまる吉  
 〒708-1523 岡山県久米郡美咲町吉ケ原394-2 柵原ふれあい鉦山公園内  
 電話 : (080)3025-9899 和ハーブcafeまる吉 E-Mail : kouza@marukichi.net  
 定員 : 20名(定員になり次第締切)  
 料金 : 3,240円(税込) \*講習費、テキスト、和ハーブティなど材料費  
 \*懇親会は別途2000円(ワンドリンク+2品)(当日お支払いください)