

「漢方ミュージアムプレス」は、ニホンドウ漢方ミュージアムが発信する、漢方・養生の話やオトク情報が掲載されたフリーペーパーです。

PICK UP NEWS!

KAMPO
GALLERY

NIHONDO
KAMPO SCHOOL

NIHONDO
KAMPO BOUTIQUE

IOZEN
Japanese Yakuzen Food



今月の注目施設 >>> 薬日本堂漢方スクール

今月は、薬日本堂漢方スクールで開催される人気のセミナーをご紹介します。

ワンディセミナー NEW

薬膳メニューの作り方を学ぼう!

心身ともに健康であるためには、その季節の過ごし方や食事が大切です。このセミナーでは、基本的な薬膳の考え方、養生法、食材についてお話し、それをふまえてより良い季節の過ごし方や季節のメニューをグループで考えるワーク型セミナーです。

「自身で考える、組み立てる」ことで理解が深まり、生活に取り入れ、実践する力がアップします。冬・春にはどのような食材を摂るのがいいの? どう過ごせばうまく冬・春を元気に過ごせるの? そんな皆さまの疑問を解決します。



【12月のテーマ】冬の薬膳と養生法 【2月のテーマ】春の薬膳と養生法
【開催日程】12/20(火) 10:30~12:00 2/2(木) 13:00~14:30
【定員】20名(要予約) 【受講料】3,000円(消費税込み)
【講師】北山 彩子 (薬膳料理研究家、薬膳フードデザイナー)



※このセミナーでは調理実習および料理試食は行いません。

お問い合わせ

TEL 03-3280-2005 月曜定休
【お問い合わせ時間】10:00~18:00



ニホンドウ漢方ブティック

NIHONDO
KAMPO BOUTIQUE

冬に悪化しがちな不調は
漢方薬で根本からケア!

冬が到来し、本格的な冷えと寒さが気になる季節になりました。寒くなると血管が収縮して血圧が上がり、心臓や脳の血管にトラブルが起こりやすくなります。頭痛やめまい、動悸など気になる症状も合併している時は要注意です! 早めの生活養生の見直しと漢方で体質改善を始めましょう。お気軽に相談員にご相談くださいませ。

高血圧

気になること
ございませんか?

- ☒ 頭痛がする
- ☒ 動悸がする
- ☒ のぼせがある
- ☒ めまい、ふらつきがある
- ☒ 症状はないが、最近血圧が上がってきた

あてはまることが
ありましたら
ご相談ください

TEL 03-5420-4193 定休日なし
【営業時間】11:00~20:00



薬膳レストラン ジュウゼン

IOZEN
Japanese Yakuzen Food

「ダイエット鍋」で
巡り不足&冷えを改善!

冷えと寒さが身に染みるこの時期は、冷えと寒さでからだの代謝がダウンしがち。そんな季節におすすめなのは、特製薬膳鍋「ダイエット鍋」。女性に人気のヘルシー豆乳スープと烏骨鶏の辛みそスープがコンビになった、ダイエットにぴったりのお鍋です。代謝不足や巡り不足が気になる方は、是非ご賞味ください!
「ダイエット鍋」お一人様4,200円(税抜)2名様より



TEL 03-5795-1649 定休日なし
【ランチ】11:30~15:00 (LO 14:30)
【ディナー】平日 18:00~22:45 (LO 22:00)
土・日・祝 17:00~22:00 (LO 21:00)



漢方ギャラリー
KAMPO GALLERY

今月の
PICK UP
生薬

ちょうじ
丁子

【Caryophylli Flos】



温め効果抜群!
独特な香りを放つ生薬

フトモ科チョウジのつぼみ。強い香りを持ち、カレーやチャイなど、スパイスとして使われていることも有名。古代ヨーロッパでは、オレンジに丁子を刺したボマnderが魔除けとして使われていました。漢方では、健胃・整腸・抗菌の働きがあることから、胃薬として用いられます。紅茶にひとつまみ加えて飲むと身体が温まりますよ。

【営業時間】10:00~18:00 定休日なし
ギャラリーの見学は無料です



Facebook



漢方スクール



漢方ブティック