

マクロビオティッククッキング

マスターコース（師範科）デイクラス

開講：金曜日 於：本校

- ①『講義』とある回は、講義のみで調理実習はありません。尚 **テーマが違う場合は、内容も異なります。**
- ②講座により、開始&終了時間が違います。事前に確認の上、ご受講ください。又 事前予約の上、ウィークエンドコースへの振替受講が可能です。
- ③都合により、講師・テーマ等が変更になる場合があります。予めご了承ください。
- ④遅刻・欠席の場合は、必ず『前日17時までに』事務局宛にご連絡願います。 **当日のキャンセルは、キャンセル料（¥3,000）が生じます。ご注意願います。**

2018年春期講座カリキュラム ●：必修講座 ←師範科在席中に必ず受講願います。

	月日	時間	講師	テーマ
①	1/12	11:00~14:00	尾形妃禪怜 初級主任講師	●食養生の歴史と「宇宙の秩序」無双原理の12定理・スパイラル ・・・ & マクロビオティック基本の一汁一菜 *講義と試食
②	1/19	10:30~12:30	小林薫音満 師範科主任講師	●『マクロビオティックな陰陽五行論』概論 *講義
③		13:00~16:00		●『五行論』に基づくメニュープランニング *調理実習
④	1/26	11:00~14:00	品川 明 ゲスト講師 学習院女子大学 日本文化学科教授	●感性で味わう *前回とは異なるプログラムです。 *ワークショップ&試食
⑤	2/2	11:00~14:00	加藤みくこ ゲスト講師	春の薬膳 *調理実習
⑥	2/9	11:00~14:00	川内翔保子 上級主任講師	●スマートにシンプルクッキング *長芋ハンバーグ他 *調理実習
⑦	2/16	11:00~13:30	桜井三恵子 中級主任講師	●体質・体調と手当て *講義
⑧	2/23	11:00~13:30	平田 優 ゲスト講師 「古民家レストランHazelはぜ」オーナーシェフ	マクロビオティックで春のお菓子と軽食づくり *調理実習
⑨	3/2	11:00~14:00	尾形妃禪怜 初級主任講師	●春の食養生： 陰陽で考え、調理する。 *調理実習
⑩	3/9	11:00~13:30	岡田 英貞 師範科副主任講師	マクロビオティック洋風料理の応用（春） *調理実習
⑪	3/16	11:00~14:00	川内翔保子 上級主任講師	●グラタンでスマートな重層調理を実習。 *無のグラタン他 *調理実習
⑫	3/23	10:30~12:30	小林薫音満 師範科主任講師	●季節別（冬~春）・身体に現れた症状から原因を考察する。 *講義
⑬		13:00~16:00		●特定した症状を改善するためのメニュープランニング *調理実習
⑭	3/30	11:00~14:00	西邨マユミ マクロビオティック・ヘルス・コーチ/パーソナル・シェフ	ユニバーサルなマクロビオティック料理 *調理実習

注) ①試作会：2018年4月8日(日)予定 於本校@池尻大橋

②師範科修了には24回のご受講が必要となります。 受講料有効期限：受講開始から4期。