



Takarazuka
Wellness Academy
Co., Ltd.

宝塚ウェルネスアカデミー

2月



① 無料! 体験受講受付中! (3講座まで)

※初めて体験受講される方のみとなります。

② ご紹介キャンペーン

ご紹介にてご入会の場合、もれなく以下の内容にて特典がございます!

会員様によるご紹介にて入会の場合

● 新規ご入会の方は、**入会金が半額!** ¥16,500(税込) → ¥8,250(税込)

※入会者の初月会費と
入会金のご入金確認
後、1ヶ月以内にお渡し

● ご紹介いただいた会員様には、**5,000円相当の全国百貨店商品券**を進呈!

ワンデーセミナー

2月1日(木)11:30~12:30
『もち小麦でヘルシーcooking!』

2月21日(水)11:30~12:30
『生命を救う農と食』
～医師として農家として伝えたいこと～

新講座スタート!

2月9日(金)11:30~12:30
『くらしに活かす薬膳講座』



菱木俊子先生
(管理栄養士)

人間の体は食べたものでできているという「医食同源」の言葉どおり、食材や食べる事を大切にそして美味しいと思える幸せな瞬間がたくさん感じられるように簡単な調理方法やバランスの取れる献立の立て方などを皆様にお伝えしていきたいと思っております。



豊田孝行先生
(医師・農家)

昨今、コロナ、インフルエンザ、带状疱疹等、様々な感染症が蔓延し、私達の免疫力の低下が指摘されています。健康を維持し、免疫力を上げるために、その基となる食(栄養)についてお話させて頂きます。そして、食の材料となる農業についての課題も含めてお話いたします。日々の生活の中で少しでも役立つ情報が提供できれば幸いです。



渡辺真里子先生

毎回、その時期や季節に関連したテーマをひとつ設け、それに応じた薬膳レシピを1品紹介するとともに、テーマに関する養生や薬膳のポイントをわかりやすくお伝えします。お受けいただいたその日から活かせる内容を目指します。

薬膳の専門家さんのための教室・つばめ薬膳アカデミー主宰。漢方・薬膳の教育機関2校で資格取得講座の講義を担当。

各種申込み方法

※お申込みは先着順です。
定員になり次第、締切となります。

メール

- ①お名前(ふりがな) ②お電話番号 ③ご住所
④生年月日 ⑤希望する講座*

*「⑤希望する講座」の記入について…【① 無料体験受講をお申込の方】当該チラシ裏面「講座メニュー表」の、受講希望の講座番号(各マス内右下の番号)をご記入ください。

上記項目をご記入の上、下記のアドレスにEメールを送信ください。

Eメール twa-staff@takara-univ.ac.jp

お電話

TEL.0797-72-3055
月～金(土日祝除く) 10:00～16:00

ご来校

受付にお声がけください。
【受付時間】9:40～16:00(土・日・祝 休校)

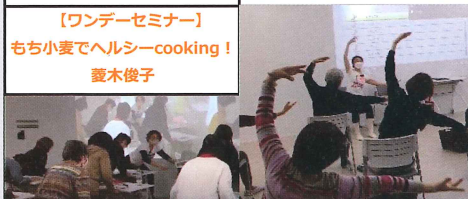
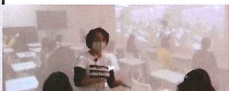
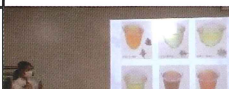
ウェブ

当アカデミーのサイト内、
お問い合わせフォームに
アクセスしてください。

宝塚ウェルネスアカデミー 公式ウェブサイト
<https://takarazuka-wellness.com/>



2024年2月講座スケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3	4
10:00 11:00				ロコモトレーニング講座 谷本成見	えりか先生の 座ってエレガントバレエ 美苑えりか		
11:30 12:30				【ワンデーセミナー】 もち小麦でヘルシーcooking ! 菱木俊子			
13:30 14:30							
	5	6	7	8	9	10	11
10:00 11:00	風水とは～環境学～ 井上みち代	増田倫子の ピラティス&バレエストレッチ	※オンライン講座 太極拳① 陳 雷	ウィーン式 発声・歌唱レッスン初級編 姜 東秀	手相講座 ふくだゆうこ		
11:30 12:30	【ワンデーセミナー】 中医学と私 ～病気になる前に知りたかった 暮らしの中の中医学～ 西田知衣子	漢方講座 大城日出男・矢尾重雄	呼吸改善ボイス 鈴奈沙也	ウィーン式 発声・歌唱レッスン上級編 姜 東秀	くらしに活かす薬膳講座 渡辺真里子		
13:30 14:30							
	12	13	14	15	16	17	18
10:00 11:00		ロコモトレーニング講座 谷本成見	※オンライン講座 気功・セルフ推拿健康法 陳 雷	ときめきボイスレッスン 美苑えりか	リンパケアと美姿勢カキラ 森 智子		
11:30 12:30		薬膳講座（実演） 遠藤聖子	スイングダンス チャーリーニーシオ	腰掛タップダンス® 鷹 悠貴	呼吸改善ボイス 鈴奈沙也		
13:30 14:30			紫峰七海の クールダンス	※オンライン講座 セルフメディケーション 赤峰徳子			
	19	20	21	22	23	24	25
10:00 11:00	風水の考え方の基本 井上みち代	増田倫子の ピラティス&バレエストレッチ	※オンライン講座 太極拳② 陳 雷	第5回 健康測定会			
11:30 12:30	★近日公開！	びんしゃんコグニケア 平川愛子	【ワンデーセミナー】 生命を救う農と食～医師とし て、農家として伝えたいこと～ 豊田孝行				
13:30 14:30	リンパビューティー ウォーキング 中川慶子	能で遊ぶ 上田宜照					
	26	27	28	29			
10:00 11:00	漢方講座 大城日出男・矢尾重雄	増田倫子の ピラティス&バレエストレッチ	ウェルネスアカデミー コーラス倶楽部① 姜 東秀	びんしゃんコグニケア 平川愛子			
11:30 12:30	誤嚥性肺炎予防 『ごっくんトレーニング』 小林優子	薬膳講座（実演） 遠藤聖子	ウェルネスアカデミー コーラス倶楽部② 姜 東秀				
13:30 14:30	昭和歌謡に合わせて 簡単ダンス 友麻亜里						

入会・受講の流れ

申込時

●入会金…¥16,500(税込) ●月額受講料…¥16,500(税込)

※申込み日が25日以降の場合、申込み月の翌月からの受講となります。予めご了承ください。
※受講料は口座振替、クレジットでのお支払いがご利用いただけます。

申込後 [当月メニューが全て受講可能(但し原則3営業日目より受講可能)]

●健康チェックや定期測定会・食生活ヒアリング等を実施いたします。●個別相談会やマッサージ等の紹介施術があります。●最小催行人数が設定される場合もございます。●対面受講できない場合、映像をお貸しできる講座もあります。●オリジナルな健康測定会を定期実施いたします。●会員規約等に従っていただきます。●その他、詳しくはスタッフにお尋ねください。

