

## 産前産後ケア研究会開催のお知らせ

産前産後ケア推進協会では、少人数で行うグループワーク形式の研究会を開催しています。「食」をテーマにした研究会では、毎回旬の食材を使い、産後のための美味しく役立つレシピでご好評を得ております。今回から、会員・非会員問わず、興味のある方ならどなたでもご参加いただけます。

テーマに沿った内容で食の知識を増やしましょう。すぐに生かしたくなる内容です。ぜひご参加くださいね。

〈産前産後ケア研究会・食のワークショップ〉

### 「産前・産後に役立つマタニティ薬膳！」

～産前産後ケアにおける「食」の役割～

#### 第14回「母乳トラブル予防の薬膳！！

#### 乳腺炎予防や母乳不足など養生する秘策とは！！

(妊娠中や授乳期の薬を飲みにくいママのためにオススメ食養生！)



子宮復古のための竜眼ジュース

- 日時 2018年2月18日(日) 12:00～16:00頃まで (12時開始になりました)
- 会場 東京・新宿区高田馬場付近 調理室  
JR・西武新宿線・地下鉄東西線/高田馬場駅より徒歩3分
- 募集人数 10名(会員・非会員)
- 講師 小野田レイさん (国際中醫師)  
・マタニティアドバイザー、調理師、国際中医薬膳師  
ペリネイタルケア「助産師さんが知っておくとプラスになる『薬膳・生薬』の知識」2014年度連載
- 参加費 3,500円(資料代、材料費込) 食事付き
- もちもの エプロン、ハンドタオル、三角巾、布巾、筆記用具、  
500mlの空のペットボトル(鶏がらスープをお持ち帰り頂きます)  
お持ちください。(食材・調理道具などは事務局でご用意いたします)
- 申込方法 参加をご希望の方は、下記を明記の上、メールにて事務局へお申込みください。  
メールタイトルを「2/18食のワークショップ参加申込」とし、以下ご記入ください。  
①お名前 ②連絡先(携帯) ③ご職業  
④産前産後ケア推進協会の会員または非会員について  
**事務局アドレス：[info@a-apcp.org](mailto:info@a-apcp.org)**  
誠に勝手ながら参加費は事前振込とさせていただきます。  
お申込み受付のメールを受信されましたら、お振込をお願いします。
- お申込締切 **2月9日(金)**
- 【振込口座】 三菱東京UFJ銀行 赤坂見附支店 普通口座  
口座番号 0193966  
口座名 シヤ)サンゼンサンゴケアスイシンキョウカイ  
(一般社団法人 産前産後ケア推進協会 代表理事 市川香織)