

# 中医 中国茶講座

## 《講座詳細》

■日 時：4月13日(日)、20日(日)、27日(日)  
5月11日(日) 各日13:00～16:00

■会 場：オンライン(Zoom)

■受講料：20,000円(税込)

■講 師：劉梅先生(中医師、元薬日本堂講師)

※過去に本講座を受講した方は割引価格の10,000円(税込)で受講可能です

※上記受講料はテキスト代込みとなります

※ご都合が合わない方は後日オンデマンド受講が可能です

中国はお茶の発祥地であり、2000年以上にわたり健康維持に活用されてきました。

本講座では、お茶の歴史や製造過程、効能を学び、日常生活や体調に合わせたお茶の選び方を身につけます。現地から中国茶道の生配信しますので、中国茶文化の理解も深めます。

 全4回のカリキュラム概要

◆ 4/13(日) お茶の基礎と効能

お茶の歴史、基本の淹れ方、寒熱の性質や五臓との関係

 茶肴：ミルクティー

◆ 4/20(日) 六大茶類と茶文化

緑茶・紅茶などの特徴、日本・英国との違い、中国茶道の魅力

 茶肴：広西油茶

◆ 4/27(日) 六大茶と漢方健康茶の活用

季節や体調に合うお茶の選び方、身近な素材を使った漢方健康茶

 茶肴：茶葉水餃子

◆ 5/11(日) 体質・不調別の茶選び

冷え・むくみ・胃腸の不調・風邪予防などへのブレンドや  
体質に合わせたお茶の実践

 茶肴：龍井茶エビ炒め

 今年、みかんの皮やゴボウなど20種類ほどの身近な素材で作る  
漢方健康茶や風邪・インフルエンザ対策のブレンド法を新たに追加！

 詳細・お申し込みは [公式HP](#) へ！

心と体を整えるお茶



←講座の詳細はこちら

<お問合せ>  
一般財団法人ヘルスケア社会医療研究所  
[chuigaku@vesta.ocn.ne.jp](mailto:chuigaku@vesta.ocn.ne.jp)