

健保連・京都連合会

前回「春の養生」大好評にお応えして！

オンライン講座

# 冬の養生薬膳茶

ゆる薬膳やツボで整える簡単お悩み改善法



2025年 11月 1日(土)

【時間】 10:00～11:30 (約 90分)

【参加費】 総額4,500円のところ個人負担1,000円  
(体験キット・送料・消費税込)

NHKドラマ10

「しあわせは食べて寝て待て」  
薬膳考証担当の鈴木先生講演



【講演】  
鈴木 養平 先生

日本漢方養生学協会 理事長  
薬日本堂 薬剤師

【募集人数】 200名、各組合30名（先着順）

【参加対象】 健康保険組合の被保険者、被扶養者

【申込方法】 別紙参照 9月8日(月) 7:00 申込スタート!!

## 【開催日程】

2025年11月1日（土）

10:00-11:30頃（約90分）

## 【講演内容】

寒いと心も体も停滞しがちです。冬を健やかに過ごすために、日々に養生を取り入れましょう。この講座では、NHKドラマ「しあわせは食べて寝て待て」の薬膳考証をご担当された鈴木養平先生より、冬ならではの養生や押してほしいツボなど、すぐに生活に取り入れられる簡単養法を学びます。

※質問は参加申込時と講演時間内にチャットにて受け付けます。

（すべての質問にお答えできないことがありますのでご了承ください。）

※講師や他の参加者の方が皆様のお顔を見ることはありません。

※当日は、お手元にお湯と湯呑みをご用意ください。



## 【参加費】

総額4,500円→**個人負担1,000円**（体験キット・送料・消費税込）

事前にご自宅へ『薬膳茶(2種)・和漢食材・和漢菓子』をお届け

- ・和漢茶“活”～ホットで温かさ巡る、香ばしいコーン茶ブレンド～
- ・和漢茶“潤”～乾きがちな季節に、まろやかな甘味の黒豆ブレンド～
- ・和漢食材“みかんの果皮”
- ・和漢菓子“山査子&桑の実スティック”



## 【申込方法】

「事前申込制」です。お申込・決済は、Yahoo! JAPANのサービス

「PassMarket（パスマーケット）」で行います。

下記URLよりアクセスしてください。

※決済はクレジットカード、コンビニ決済、PayPayよりお選びいただけます。

※Yahooウォレットに登録済みのクレジットカードのみご利用いただけます。

※コンビニ決済、及びPayPay利用にはYahooIDでのログインが必要です。

※コンビニ決済のみ手数料161円が別途必要です。



イベント開催の【1週間前まで】にオンライン講座のアクセス方法をメールでお知らせします。  
（「Zoom」を利用しますので、事前に各自でご準備ください）



イベント開催の【1週間前まで】に体験キットを発送します。



イベント当日は定刻までに講座ルームに入室してください。

※3日前までにアクセス方法のメール、体験キットが届かない場合はお問い合わせください。

※なお、当日は、健保連京都連合会によるメール対応のみとなります。

## 【その他】

- ・オンラインで実施します。  
通信環境・機器（パソコン・スマホ・タブレットなど）は各自でご用意ください。
- ・通信の安定したインターネット環境でご受講ください。通信にかかる費用は受講者様負担となります。
- ・受講者様都合で視聴ができない場合、再受講及び返金には応じかねます。  
但し、講座のアーカイブを配信いたしますので、後日お楽しみいただけます。
- ・お支払い後のキャンセルは承っておりません。また、返金にも応じられません。
- ・健康保険組合の被保険者・被扶養者以外の方がお申込された場合、受講をお断りいたします。  
また、返金にも応じられませんのでご注意ください。

**【申込はこちら】** 9月8日(月) 7:00開始 10月2日(木) 12:00締切 **（定員に達し次第終了）**



<https://passmarket.yahoo.co.jp/event/show/detail/02p6gaizsqm41.html>

パスワードは健康マイポータルのトピックス（健保組合からのお知らせ）をご覧ください。

お問合せ先 メール gunze.kenpo@gunze.co.jp

健保連・京都連合会

TEL 075-344-7774 （9:00-17:00 ※土日祝休）

メール info@kenpo-kyoto.org ※当日はメールのみ