

令和7年

11/8【土】14:00-15:30

会場 三鷹市学習センター 学習室3

定員 先着20名

受講料 無料

持ち物 筆記用具

こんな方におすすめです。

- 漢方が好き・気になる
- つい甘いものを食べてしまう
- がんばりすぎてしまいがち
- 心と体をゆるやかに整えたい

申込方法 10/7（火）午前9時から、
三鷹市生涯学習センター窓口もしくは
電話（0422-49-2521）でお申し込み
ください。



薬剤師

黒田真理子

中学生の頃から漢方好き。製薬メーカーで7年、漢方の
研修や説明会を担当。現在はフリーランス薬剤師として
一般の方向けにワークショップを開催。

市民講師デビュー講座とは、

「市民大学事業 市民講師養成コース」を修了した方が、ご自身の知識や技術を生かして行う実践講座です。

【主催・お問い合わせ先】（公財）三鷹市スポーツと文化財団（三鷹市生涯学習センター）

〒181-0004 三鷹市新川6-37-1 元気創造プラザ4階

電話：0422-49-2521

メール：shogaiakushu@mitaka-sportsandculture.or.jp

HP：https://www.mitakagenki-plaza.jp/shogai/

市民講師デビュー講座

漢方と暮らす、 こころの整えかた

— コンビニおやつでサクッと養生 —

