

医学生と一緒に 薬膳を楽しもう!

～漢方カフェ in 赤磐～

赤磐の桃で
夏の薬膳体験!

赤磐市の特産品である桃は、
薬膳では

- ✓ 体をうるおす
- ✓ 夏の疲れをやわらげる
といわれています。

クイズやゲーム、薬膳づくりを通して、
漢方の知恵を楽しく学びませんか?
医学生と一緒に、おいしく・楽しく・
健康づくりをしましょう!

初めての方
大歓迎!

日時 2026年8月21日(金)
15:00～17:00(予定)

会場 赤磐市中央公民館 調理研修室
(赤磐市下市337)

対象 どなたでもご参加いただけます!
(未成年は保護者同伴)

定員 10～20名程度(申込者優先・上限20名)
※当日参加もOK!(空きがある場合)

参加費 無料

当日のプログラム(予定)

- 15:00 オープニング・漢方クイズ・桃のお話
- 15:30 桃の薬膳づくり&試食・交流
医学生と一緒に作って、食べて、交流しましょう!
- 16:00 ミニレクチャー「気・血・水の考え方と夏の養生」
夏を元気に過ごすための薬膳のヒントを学びます。
- 16:30 カードゲームで楽しく漢方体験
- 17:00 まとめ・終了

桃を使った夏の薬膳メニュー(イメージ)

桃とほうじ茶の
アフォガード



桃と長芋の
スムージー



※メニューは変更となる場合があります。

参加について



お湯を使用します
(火は使いません)



包丁は皮むき程度に
使用します



未成年は保護者同伴で
ご参加ください

持ち物
なし!

エプロン・マスク・タオルは
こちらで準備します。



ご自分で使いたいエプロン・マスク・タオルがあればご持参ください。

申込方法

いずれかの方法でお申し込みください。



フォームで申込
右のQRコードまたは
下記URLから
お申し込みください。



<https://forms.gle/ctjpkYxRzJR9RUw76>



電話で申込

赤磐総合診療医学講座(担当:大村)
本件専用ダイヤル

080-5620-9074

平日 8:30～17:15

定員に達し次第、
受付を終了する
場合があります。

主催 岡山大学赤磐総合診療医学講座
協力 赤磐市役所 保健福祉部 健康増進課

運営 岡山大学医学部 医療系サークル
「めどこん」を中心とした学生有志

めどこんとは?

岡山大学医学部生を中心に、医学や健康を楽しく伝える
地域イベントを企画している学生団体です。

地域のつながりと健康づくりを、いっしょに。

