

肩書：薬膳体質改善士

昭和41年3月15日大阪府堺市生まれ。

大学卒業後、食品メーカーに就職。

30年にわたり営業に従事するが、家族に病が見つかったことをきっかけに薬膳学を学ぶ。

複雑な薬膳理論と食材が覚えられず苦勞していた時、覚えなくても実践できる9マス薬膳シート®という手法を思いつく。

食材を見える化したこの方法は、薬膳を初めて学ぶ人にも、わかりやすいと好評を得ている。

生涯を通じ人生を楽しめるカラダづくりのために役立てていただきたい、そんな思いで薬膳をお伝えしています。

### 【 取得資格 】

和学薬膳博士®／健康管理士一般指導員／温活士

香港スープインストラクター／若石若石健康法普及指導士食とカラダパーソナル診断士／ドゥワアドバイザー（手を揉む健康法）



●ミッション・

人生 100 年時代。ずっと元気で健康を当たり前。

●開催履歴

2022年1月まで

大阪府河内長野市道の駅くろまろの郷にて 「薬膳出前講座」を開催。

●2022年2月より

河内長野市内にて

「人生を変える9マス薬膳®講座」現在も開催中

●2022年5月

奈良県NPO法人「アットリンクカフェ」にて講演

●2022年6月～

ストリートアカデミー（ストアカ）にて薬膳講座開催中