

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
朝				冬季休校（12月28日～1月4日まで）		
夜						
	4	5	6	7	8	10
朝				キャリア		
夜				レモン鍋		
朝	冬季休校		(堀) 本草薬膳学院 大阪校	キャリア		(堀) 本草薬膳学院 大阪校
夜				レモン鍋		
	11	12	13	14	15	17
朝	(堀) 本草薬膳学院 大阪		薬膳出張講座 JA京都にのくに 女性部様	ベーシック		(堀) 本草薬膳学院 大阪校
夜				鶏の水炊き かぶの三品漬け		
	18	19	20	21	22	23
朝	(堀) 本草薬膳学院 大阪			(堀) 本草薬膳学院 大阪校		薬膳実習
夜						季節の薬膳
朝						季節の薬膳
夜						(昼) 薬膳基礎 肺と秋の薬膳 秋の薬膳
	25	26	27	28	29	30
朝		(堀) 薬膳出張講座 in関西				薬膳基礎
夜				ベーシック		病因学説とは 気滞証の薬膳
朝						(堀) 薬膳出張講座 in若狭和田
夜				巻きすし 細巻きすし		