



# マクロビューティー講座

何をやってもうまくいかない、という方は、まずは食べものを見直してみませんか。

腸は若々しい体をつくる生命の源であるだけでなく、感性の源でもあります。

腸が変われば意識が変わり、意識が変われば人生が変わります。

そんな誰でもキラキラ美人になり、素敵な人生を送るための法則をわかりやすく解説します。

ピカピカに輝きたい人、お集まりください。きっと、素敵な変化がありますよ！

講師： ムスビの会 **岡部 賢二**（フード&メディカルコンサルタント）

会場： **千葉市民会館** 第4会議室 千葉市中央区要町 1-1 Tel: 043-224-2431  
(JR千葉駅東口徒歩7分 地図 裏面参照)

日時・内容： 2014年2月～4月  
10:00～ 受付  
10:30～14:30 講義 (昼食休憩1時間)

第1回：2月24日(月) キラキラ美人にあなたもなれる  
～ 宿便取り健康法 ～

第2回：3月24日(月) 和心・和食で、なでしこ美人をつくる  
～ 心の宿便取り ～

第3回：4月30日(水) 腸が変われば運命が変わる  
～ キラキラ美人の決め手は腸内美人 ～

受講料： 4,000円/回 (要事前申し込み。単発のご参加も可能です。)

(別途、マクロビオティック弁当を800円でご予約承ります。)

定員： 25名/回

お申込み&お問い合わせ先：マクロビオティック料理教室「たなごころ」山本久美子

e-mail: [tana-5-colo.935@ezweb.ne.jp](mailto:tana-5-colo.935@ezweb.ne.jp) Tel: 090-9360-5109

お名前、ご連絡先、お弁当のご予約の有無を明記の上、メールまたはお電話にてお申し込み下さい。

## 講師プロフィール：

大学時代に渡米し、肥満の多さに驚き、「アメリカ社会とダイエット」をテーマに研究するうちに日本の伝統食が最高のダイエット食と気付く。正食協会講師として活躍後、福岡県の田舎に移り住み、「日本玄米正食協会研究所」を開設。2005年に「ムスビの会」を発足。食育の講演や健康指導、マクロビオティックセミナーを全国各地で開催。著書に「マワリテメクル小宇宙～暮らしに活かす陰陽五行」、「月のリズムでダイエット」(サンマーク出版)、「心とカダラをきれいにするマクロビオティック」(PHP出版)など。マクロ界のダジャレ王子の異名をとり、ユーモアたっぷり！分かりやすい講演で定評がある。

ムスビの会 HP: <http://www.musubinokai.jp/>

## 《 会場地図 》



### 千葉市民会館

〒260-0017 千葉市中央区要町 1-1