

暮らしに役立つ 簡単にできる 環境汚染対策講座

岡部先生によるわかりやすいマクロビオティック講座で一緒に学びましょう！

未来を担う子供たちに今われわれ大人ができることは、きれいな水、空気、土壌、といった生命にやさしい環境を残すことではないでしょうか。そのためには一見便利に見える生活を見直す必要があります。

現代の利便性は、忙しい人々や思いやる力の欠如した人々を増やしてきました。そんな状況の中で、日々の生活環境の見直しをまずはしてみませんか。体内環境を汚染する利便性のある生活を少し見直すだけで、生きる力を高めることができます。そして地球にやさしく、人間にもやさしい生き方とは何かを一緒に探っていきましょう！

時 間：14：30～16：30

会 場：Sky Walk （福岡市中央区警固 3-1-28 1F）

定 員：13名

参加費：3,500円

【講師プロフィール】

岡部賢二 ムスピの会主宰。正食協会理事。全国でマクロビオティックの講演やプチ断食セミナーを行う。著書にマワリテメクル小宇宙（ムスピの会出版）、「月のリズムでダイエット」（サンマーク出版）、「月のリズムで玄米甘酒ダイエット」（PARCO出版）、「ぐずる子さわぐ子は食事で変わる！」（廣済堂出版）等がある。



| | 開催日 | 内容 |
|-----|--------------|---|
| 第1回 | 2/10 (水) | 電磁波の害はこうすれば大丈夫！大地とのアーシングのすすめ ～電磁被ばくを防ぐグッズの使い方、炭と黒焼きの活用法 |
| 第2回 | 4/13 (水) | 心地よいナチュラルコスメと食事法で子宮やお肌のトラブルをまねく経皮毒とさよならしよう！ スキンケアと入浴法について |
| 第3回 | 6/8 (水) | 不妊症や子宮病、乳がんの方に朗報！環境ホルモンに負けない体づくり ～冷え取り健康法と同種療法について |
| 第4回 | 8/10 (水) | アレルギーは化学物質過敏症です！食事と手当てで改善しよう！ ～ワクチン、ステロイド、シックハウスの害から身を守る生活法 |
| 第5回 | 10/12 (水) | 食品添加物を排泄する一物全体食【食物繊維】の威力！ 体に良い食材、野菜、調味料の見分け方、腸内環境について |
| 第6回 | 12/14 (水) | ガンなどの原因となる放射性物質は食物の力で排泄できる！ ～内部被ばくを防ぐ発酵食品・伝統食品の知恵～ |

お申込・お問い合わせ先

Sky Walk organic shop（福岡市中央区警固 3-1-28 1F）

TEL: **092-791-8312**

