

## 岡部賢二先生の「月のリズムでダイエット～ 生命力を高める暮らし方」&マクロビランチ会

マクロビオティックお手当法、陰陽五行による望診、プチ断食セミナーで、全国のみならず海外へも講義やワークショップを開催されている九州の岡部先生をお呼びして、お家で手軽に実践できる季節の民間療法などを教えていただきます。今回は、月のリズムを知ることで効果的なダイエット法やデトックスというテーマで、きよみ荘とびわ湖のリズムを感じながらのワークショップ。マクロビオティックランチもお楽しみ下さい。

★日時 2016年6月7日(火) 10時30分～14時30分

★会場 人もペットも笑顔になれる宿 宿屋きよみ荘

### ★ スケジュール

10時30分～12時 岡部賢二先生の講義ワークショップ  
12時～12時30分 マクロビオティックランチ(担当:岡一美)  
15分休憩  
12時45分～14時 岡部賢二先生の講義ワークショップ  
14時～14時30分 質疑、座談

★会費 **¥4500**  
★定員 **20名**

#### 岡部先生プロフィール

1961年群馬県生まれ、福岡在住  
大学時代に渡米し、肥満の多さに驚き、日本食が最高のダイエット食と気付く。その後、松岡四郎氏に指導を受け、「日本玄米正食研究所」を開設、「むすびの会」主催  
現在各地で講演、健康指導、断食セミナー、マクロビオティックセミナーなどを開催。

★申し込み・お問い合わせ(予約〆切り5/31)

宿屋きよみ荘 ☎077-573-7111 又は fax077-573-7011 ✉kiyomisou@gmail.com

予約順にて受付けます。参加される方は、こちらをご提出ください↓

参加者氏名		生年月日	
鑑定希望時間			
ご住所			
TEL		携帯電話	

質問や相談したいことなど・・・

<追記お知らせ> 10/4(火)～5(水) プチ断食体験合宿を開催予定/講師:岡部賢二