

岡部賢二先生のセミナー & 交流会

# 「心とからだをキレイにするマクロビオティック」

“わたしたちのからだと心は食べたものでできています”

晩夏から初秋にかけて（季節の変わり目）は疲れや不調が出やすいときです。そんな季節の変わり目過ごし方や、プチ断食によるデトックス法、ひそかに気になるからだのニオイについて、日本の伝統食・先人の知恵から楽しく学べるセミナーです。セミナー後は、MOLTY の晩夏にぴったりの特製玄米菜食弁当をいただきながら、交流会を予定しています。講師は「マワリテメクル小宇宙～暮らしに生かす陰陽五行」、「月のリズムでダイエット」、「からだのニオイは食事で消す」など数々の本を執筆されている岡部先生です。分かりやすくユーモアに溢れたお話は全国でも人気です！

**開催日：9/10（土）**

**参加費：3,900円**

（セミナー費、玄米菜食弁当、甘酒ドリンク、お茶付き）  
※お急ぎの方はお弁当の持ち帰りもできます

**開催場所：MOLTY NODE**（モルティー・ノード）

荒川区町屋 3-23-18

\* 千代田線ならびに京成線町屋駅から徒歩 10 分

<http://beauty-molty.com/>



**定員：先着 20 名**

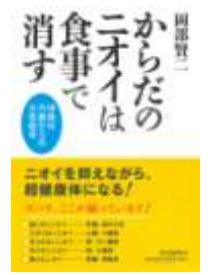
\* ヨガスタジオで岡部先生を囲んでのセミナーになりますので、楽な服装でご参加ください。

## ◆スケジュール◆

講演会 10:30～12:30  
食事&交流会 12:30～13:30

## ◆講師プロフィール◆

**岡部賢二** フードアンドメディカルコンサルタント ムスビの会主宰  
大学在学中に渡米し、肥満の多さに驚き「アメリカ社会とダイエット食品」をテーマに研究。日本の伝統食が最高のダイエット食品と知り正食と出会い、正食協会講師として活躍後、福岡へ移住し「日本玄米正食研究所」を開設、2005年に「ムスビの会」を発足させ、全国で講演、健康指導、断食セミナー、マクロビオティックセミナーを開催している。ホームページ：<http://www.musubinewmacro.com/>



**申し込み先：MOLTY NODE**

**TEL: 03-3819-1145**

**Email: [mm.mol0927@ymobile.ne.jp](mailto:mm.mol0927@ymobile.ne.jp)**

\* お申し込みの際は、お名前、連絡先電話番号、メールアドレスをお知らせください。

