



岡部賢二先生お話し会のご案内

元オーガニックカフェ ポランの広場が長年にわたり「食と健康」のご指導を頂いていた、岡部先生が来名されます。福岡から大阪の講演会にお出かけになる翌日、「宮澤さん久しぶりにおしゃべりしようかあ。」と気軽に名古屋へ足を延ばして下さる幸運に恵まれました。4年振りとなる「目からウロコ」の話題満載の健康指導を、書物からではなく、ハツラツとしたお婆から耳で直接受け取れる楽しみを一人でも多くの皆さんと共有したいと思い、下記のようにご案内します。

ゾンネの野菜会員さん、当料理教室においででない方々も是非ふるってご参加下さい。

●お話し「マワリテメクル小宇宙・この時代この季節の食と健康」

糖質制限ダイエット、減塩、〇〇健康法、様々なサプリメント広告。情報過多の時代、自然環境(大宇宙)と人の身体(小宇宙)の循環を正しく捉えることで、季節に合わせた穀物、野菜を摂取し、健康な身体づくりをご提案下さいます。

岡部賢二先生

著作「マワリテメクル小宇宙」「月のリズムでダイエット」

「心とからだをきれいにするマクロビオティック」「ぐずる子さわぐ子は食事かわる！」

「からだのニオイは食事です」「まあるく まあるく ころとからだ」

●日時 11月21日(月) 10時～12時 お話し会 ・ 1時～2時 懇親会

●会場 名古屋市名東区生涯学習センター2階 第3集会室
名東区社が丘三丁目802
(併設駐車場は少なく、離れたところにはあります。地下鉄とバスのご利用をお願いします)

●会費 午前 1500円～2000円、午後 500円を予定しています。
参加人数により、先生への謝礼と会場費を頭割りいたします。

●昼食 お弁当の持ち込み自由。先生と同じ当教室製のお弁当はご予約で。

●申込み FAX、お電話(留守番電話にもお入れ下さい)、郵送でお申込み下さい。
〒488-0033 尾張旭市本地ヶ原町3丁目54 野菜がごちそう料理教室 宮澤節子
TEL&FAX 0561-52-3555 携帯電話 090-6587-3494

※ 申し込み書は、ゾンネガルテン店頭スタッフにお預けいただくこともできます。
(いずれの場合も受け付けましたら必ず返信いたします。確認の上ご参加ください。) キルセルは、ご連絡下さい。

岡部先生のお話し会申込書

・ご住所

・お名前

・ご連絡先

・参加ご希望(○で囲んで下さい) 午前のみ ・ 午後のみ ・ 午前と午後