

2017
菜食美人塾

お料理と学び

花
in
巻

人生がぴかぴか輝く

全6回

陰陽五行 望診講座

岡部賢二先生とソーベーズカフェ夢のコラボ!



わたしたちの体は宇宙とつながる小宇宙。
内臓や感情、季節や色、森羅万象はすべて連動してつながっています。
東洋思想の陰陽五行で内臓と感情の関係、顔にでるサインについて深く学んでみませんか?
テーマにそったマクロビオティックのお料理と一緒に学ぶことで、一層理解が深まります。

講師 岡部賢二☆

日本玄米正食研究所 所長、フードアンドメディカルコンサルタント、ムスピの会主宰
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と気づいた後、正食と出会いマクロビオティックの講演や健康指導で
日本全域を回っている。2003年に福岡県朝倉市に移住、日本玄米正食研究所を開設。
2009年MI塾を畠山が受講したことをきっかけに2011年より盛岡や仙台など多数の講座を受け持つ。

講師 畠山さゆり☆

株式会社惣兵衛代表取締役
岡部賢二、山村慎一郎両氏に師事し、マクロ
ビオティックと望診を習得。
断食でスポーツに目覚め、フルマラソンラン
ナーに。メンタルヘルス、経営、アスリート向
けのコンディション調整に研鑽を積む毎日。
2006年日経ウーマンオブザイヤーキャリア
クリエイティブ部門7位
アスリートフードマイスター2級
上級望診法指導士



料理教室担当

ソーベーズカフェ☆スタッフ
佐々木雄也シェフ、加東力シェフ、
田中季奈、川村美宇

Sobe's Cafeでお料理、スイーツ
レシピ開発と調理全般を担当している
イタリアン出身の佐々木シェフと
フレンチ出身の加東シェフの
繊細で味のきまった料理は全国
レベルと評判です。

定員 限定20名様

費用にふくまれるもの

テキスト代、お料理教室食材費、
試食+試飲、お料理教室レシピ。
講座中にナチュラルスイーツとドリンクを用意します。

参加費 全6回で86,400円(税込)

支払い方法 1回払いと2回払いが選べます。詳しくは裏面をご参照ください。

持ち物 筆記用具

とりまとめ
担当

ますなが
増永由紀子



開催場所

玄米菜食 マクロビオティック カフェレストラン

Sobe's Cafe
by 惣兵衛

ソーベーズカフェ

〒025-0024 岩手県花巻市山の神578-4

phone & fax 0198-24-7107

営業時間 11:30~18:00 定休日 月曜日 http://cafe.sobe.jp/



岡部賢二×Sobe's Cafe 菜食美人塾2017

第1回	2月25日 (土)	10:00～10:50	畠山さゆり 陰陽と食べ物、調味料の関係
		11:00～13:45	マクロビオティックお料理基礎 玄米の炊き方、基本のおかず&試食
		14:00～16:00	岡部賢二 陰陽五行の総論
			陰陽五行と二十四節季・月のリズムと暦の関係、生活の中に見る陰陽五行
		16:00～16:30	ケンジ&さゆり トークライブ
第2回	4月22日 (土)	10:00～10:50	畠山さゆり しあわせ脳とストレス脳の秘密
		11:00～13:45	マクロビオティックお料理講座 肝・胆のう系サポートレシピ&試食
		14:00～16:00	岡部賢二 陰陽五行の知恵に学ぶ・春の養生法と望診法(肝・胆のう系)
		16:00～16:30	ケンジ&さゆり トークライブ
第3回	6月24日 (土)	10:00～10:50	畠山さゆり しあわせ脳をつくるエネルギー代謝
		11:00～13:45	マクロビオティックお料理講座 心・小腸系サポートレシピ
		14:00～16:00	陰陽五行の知恵に学ぶ・夏の養生法と望診法(心・小腸系)
		16:00～16:30	ケンジ&さゆり トークライブ
第4回	8月26日 (土)	10:00～10:50	畠山さゆり しあわせ脳をつくるビタミンミネラル
		11:00～13:45	マクロビオティックお料理講座 肺・大腸系サポートレシピ
		14:00～16:00	陰陽五行の知恵に学ぶ・秋の養生法と望診法(肺・大腸系)
		16:00～16:30	ケンジ&さゆり トークライブ
第5回	10月28日 (土)	10:00～10:50	畠山さゆり しあわせ脳をつくるデトックス
		11:00～13:45	マクロビオティックお料理講座 胃・脾臓系サポートレシピ
		14:00～16:00	陰陽五行の知恵に学ぶ・土用の養生法と望診法(胃・脾臓系)
		16:00～16:30	ケンジ&さゆり トークライブ
第6回	12月16日 (土)	10:00～10:50	畠山さゆり しあわせ脳をつくるホルモンバランス
		11:00～13:45	マクロビオティックお料理講座 腎・膀胱系サポートレシピ
		14:00～16:00	陰陽五行の知恵に学ぶ・冬の養生法と望診法(腎・膀胱系)
		16:00～16:30	ケンジ&さゆり トークライブ

お申し込み FAX:0198-24-7100 メール:cafe@sobe.jp

申込者氏名 (ふりがな)		携帯 番号	
ご住所	〒	メール アドレス	
支払回数	<input type="checkbox"/> 1回払い 86,400円(税込) <input type="checkbox"/> 2回払い 43,740円(税込)x2 <input type="checkbox"/> 単発受講 第 回 15,120円(税込)	入金 予定日	月 日 入金順に正式エントリーとなります。
入金方法	<input type="checkbox"/> 岩手銀行 花巻西支店(普)2023059 株式会社惣兵衛 カ)ソウベエ <input type="checkbox"/> ゆうちょ銀行からゆうちょ銀行(ATMで送料無料) 【記号】18370【番号】20722411【名義人】ハタケヤマ サユリ <input type="checkbox"/> 他金融機関からゆうちょ銀行 【店名】八三八(ハチサンハチ)【預金種類】普通預金【口座番号】2072241 【口座名義人】ハタケヤマ サユリ ※振込手数料はご負担くださいますようお願いいたします。		