

命が喜ぶ伝統食の知恵 マクロビオティック健康講座

マクロビオティックの基本となる陰陽原理を使って、私たちの身近な暮らしに活かす方法を解説いたします。いつの時代になっても変わらない普遍的な羅針盤である陰陽原理を身につけることで、不透明な時代を楽しく乗り切りましょう！

【今回のテーマ】

■「噛み方健康法」

■「木の芽時の健康法」

講師：岡部賢二先生（ムスビの会主宰）

日時：2月6日(木) 10:00~13:00

場所：しょうぶ学園内オムニハウス2階

鹿児島市吉野町 5066（駐車場有ります。）

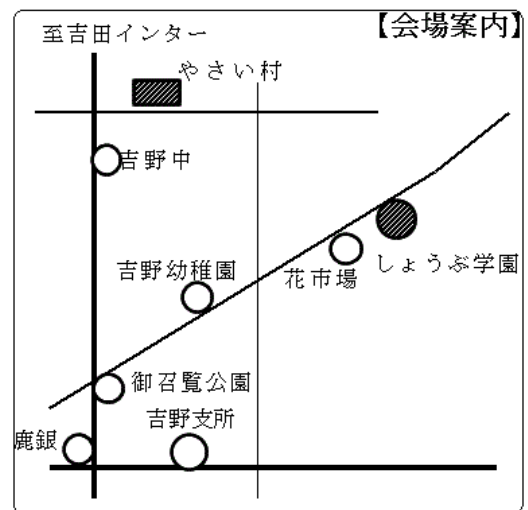


参加費： 2,500円 ご予約下さい。

(マクロビオティックスイーツ・飲み物付き)

《岡部賢二先生プロフィール》

ムスビの会主宰。フード&メディカルコンサルタント。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」、「月のリズムでダイエット」(サンマーク)、「心とからだをキレイにするマクロビオティック」(PHP出版)、「家族を内部被ばくから守る食事法」(廣済堂出版)、「からだのネオイは食事で消す」(河出書房新書)、「ぐずる子、さわぐ子は食事で変わる！」(廣済堂出版)がある。



無農薬野菜・無添加食品・マクロビオティック食品

お申込み・お問合せはやさい村まで

TEL(099)244-8061, 208-1250

FAX(099)244-8061

〒892-0871 鹿児島市吉野町3095-252

定休日：日曜日・祝日 営業時間：10:00~18:30

E-mail : ysim@mxy.mesh.ne.jp

<http://www.macro-yasaimura.jp/>

エコロジー雑貨・圧力鍋・書籍

マクロビオティック料理教室

