

陰陽五行スキルアップ
食養指導マイスター講座
Advanced (症状別編)

東洋医学の基本である陰陽五行の理論を身に付けることは、体と心の不調の改善に役立ちます。

各季節に出やすい症状を詳しく解説しながら、その対処法について学んでいきます。陰陽五行の理論のほかにも、月のリズムを取り入れた各臓器を癒す料理法やテーブルコーディネーター、望診法、手当てなど理論と実践法を総合的に学べるホリスティックな講座です。また毎回のグループワークではより実践的な力を身につけていきます。

この講座は 2016 年に開催された陰陽五行スキルアップ講座の上級編です。岡部賢二先生の MI 塾や手当法、望診法講座、陰陽五行スキルアップ講座を受講された方やプチ断食セミナー参加者、HAPPY TABLE や他校で陰陽五行を体系的に学ばれた方を対象としています。さらにレベルアップされたい方におすすめの講座です！

【講師】

岡部賢二 (ムスピの会 主宰)
杉村美樹 (HAPPY TABLE 主宰)

※講師プロフィールは裏面をご覧ください。

【こんな方におすすめです】

- ・マクロビオティックの理論や料理法を本格的に学びたい方
- ・食をベースに生命や自然に沿った生き方を実践したい方
- ・生命力を高め心豊かな充実した人生を生きたい方
- ・自分や家族、身近な人の体質改善や病気を治したい方
- ・マクロビオティックの指導者をめざす方
- ・各種セラピスト、整体師、ヨガインストラクター、治療師、薬剤師、管理栄養士の方など、食事指導・生活指導のための指導力を身につけたい方

【会場】 **HAPPY TABLE** (栃木県宇都宮市)

【受講料】

全 11 回 **136,000 円**

(受講料、資料代、材料費、ランチ代、修了証代含む)

早割 126,000 円 (2016 年 12 月末までにご入金)

分割 (2 回払) : **70,000 円**×2

(1 回目 : 1 月末 2 回目 : 6 月末)

ゲスト参加 : 奇数回 **13,500 円**

偶数回 **8,500 円**

* 価格は全て税込です。

* 全受講が原則ですが、空席がある場合は特定回のゲスト参加も可能です。事前にお問い合わせください。なお通年参加の方が優先になりますのでご了承ください。

【開催日時】 裏面をご覧ください。

【定員】 10 名

【欠席の場合】

奇数回は講義録 CD と当日配布資料郵送。

偶数回は資料の郵送。

【レポート提出】

毎回 5 問程度の課題を出題いたします。

【修了証について】

修了証をご希望の方は全 11 回のうち 8 回以上の出席と全回レポート提出が条件となります。

【お問合せ・お申し込み】

必要事項 (お名前、郵便番号、住所、電話番号、メールアドレス) を明記の上、下記までメールでお申してください。

詳しいご案内をお送りさせていただきます。

お振込みをもって、ご予約完了となります。

【申し込み先】

マクロビオティック サロン **HAPPY TABLE**

杉村美樹

Tel : 028-638-1773

E-mail : happytable@ninus.ocn.ne.jp

Blog : 「HAPPY TABLE DIARY」

<http://blog.goo.ne.jp/happytable2007>

岡部賢二先生と杉村美樹に学ぶ

陰陽五行スキルアップ
食養指導マイスター講座
Advanced (症状別編)

少人数制のサロンで
~ 実生活で使える陰陽五行を学ぶ ~

2017 年

2017 年 2 月から
11 回連続講座が
スタートします！



【スケジュール】

	開催日	内容
第1回	2/23 (木)	陰陽五行総論 (担当: 岡部賢二・杉村美樹) 陰陽五行と二十四節季・月のリズムとの関係、生活の中にもみる陰陽五行
第2回	3/23 (木)	陰陽五行・春 新月期編 (自律神経) (担当: 杉村美樹) 肝・胆嚢系を癒す料理とテーブルコーディネート、五行解説、望診法・手当法
第3回	4/20 (木)	陰陽五行・春編 (担当: 岡部賢二・杉村美樹) 瘀血からくる肝臓系のトラブル (生理痛、生理前緊張、心筋梗塞、脳梗塞、肩こり、眼精疲労など) の対処法/グループカウンセリング
第4回	5/18 (木)	陰陽五行・夏編 上弦の月期 (循環器系) (担当: 杉村美樹) 心・小腸系を癒す料理とテーブルコーディネート、五行解説、望診法・手当法
第5回	6/22 (木)	陰陽五行・夏編 (担当: 岡部賢二・杉村美樹) 瘀血からくる心臓系のトラブル (高血圧、不整脈、立ちくらみ、エコノミークラス症候群など) などの対処法/グループカウンセリング
第6回	7/20 (木)	陰陽五行・土用編 移行期 (免疫系) (担当: 杉村美樹) 胃・脾系を癒す料理とテーブルコーディネート、五行解説、望診法・手当法
第7回	8/24 (木)	陰陽五行・土用編 (担当: 岡部賢二・テーブルコーディネート・杉村美樹) 気の低下による脾臓系のトラブル (糖尿病・低血糖・進行性筋ジストロフィー・ALS など) などの対処法/グループカウンセリング
第8回	9/21 (木)	陰陽五行・秋編 満月期 (リンパ系) (担当: 杉村美樹) 肺・大腸系を癒す料理とテーブルコーディネート、五行解説、望診法・手当法
第9回	10/26 (木)	陰陽五行・秋編 (担当: 岡部賢二・杉村美樹) 水はけの悪さからくる肺系のトラブル (メタボリック、高脂血症、脂肪肝、自己免疫疾患など) の対処法/グループカウンセリング
第10回	11/16 (木)	陰陽五行・冬編 下弦の月期 (内分泌系) (担当: 杉村美樹) 腎・膀胱系を癒す料理とテーブルコーディネート、五行解説、望診法・手当
第11回	12/14 (木)	陰陽五行・冬編 (担当: 岡部賢二、杉村美樹) 冷えからくる腎系のトラブル (更年期障害、不妊症、ホルモン障害、不眠症、パニック障害など) の対処法/グループカウンセリング

タイムテーブル【奇数回】

10:00~12:00
症状別の原因と対策ほか (岡部)
 12:00~13:30
ランチ・メニュー解説 (杉村)
 13:30~15:30
グループカウンセリング (岡部)
 15:30~16:00
ティータイム&まとめ (岡部・杉村)

タイムテーブル【偶数回】 (杉村)

10:00~13:30
五行の調理実習と試食、テーブルコーディネート
 13:30~15:30
陰陽五行のお話と望診法・手当
 15:30~16:00
ティータイム&質疑応答・まとめ

【講師プロフィール】

岡部賢二(おかべけんじ)

フード&メディカルコンサルタント
 ムスビの会主宰・正食協会理事
 大学時代に渡米し、肥満の多さに驚いて「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、世界中に和食の食材を輸出するムソー(株)の貿易部に就職。その会社の母体である正食協会にてマクロビオティックに出会う。その後正食協会理事として活躍後、2003年に独立して福岡の田舎に移り住む。2005年にムスビの会を立ち上げて、マクロビオティック指導者養成講座(MI塾)やプチ断食セミナー、宿便取りセミナーなどの指導で全国各地を回る。主な著書に「マワリテメクル小宇宙〜暮らしに生かす陰陽五行」(ムスビの会出版)、「月のリズムでダイエット」(サンマーク出版)、「月のリズムで玄米甘酒ダイエット」(PARCO出版)などがある。



<http://www.musubinewmacro.com>

杉村美樹(すぎむらみき)

マクロビオティック料理研究家 発酵マイスター
 慶應義塾大学文学部卒。大学卒業後、ヨーロッパの食卓芸術を学び、テーブルデコレーターとして活動。2005年にマクロビオティックに出会い、子供時代からの様々な不調を克服する。「月のリズム」と「食・健康・美・癒し」をテーマに宇都宮市の自宅でマクロビオティックサロン「HAPPY TABLE」を主宰。日本の伝統的な発酵食品を使い、陰陽五行や月の満ち欠けを取り入れた食事法・生活法やテーブルセッティング法の提案をしている。師である岡部賢二先生の講座、プチ断食セミナーやプロを招いてのお料理教室、ポディーワークとのコラボレーションなどを企画。共著「月リズムで玄米甘酒ダイエット」(PARCO出版)がある。



<http://blog.goo.ne.jp/happytable2007>