

岡部賢二
先生監修

滋賀の山里で心と身体をリフレッシュ！

滋賀プチ断食リトリート

～人生、たまにはのんびり・ゆっくり過ごしませんか～

若返り
ダイエット

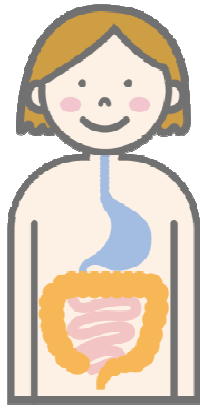
里山で
リフレッシュ

聖なる響きで
ヒーリング

免疫力
UP

体の
メンテナンス

潜在意識の
開花



秋色深まる里山の自然の中で長年溜め込んだ心と身体のお掃除をデトックスしませんか。

酵素飲料や玄米甘酒を使ったプチ断食は空腹感が少なく、初心者にもおすすめです！

自然の奏でる音色とシンギング・リンのハーモニーに心癒されながら、プチ断食で自分と向き合い、心と体への変化を感じながら、新しい自分に生まれかわりましょう。



2017年11月23日(木・祝)～25日(土)

会場：輪のわ空間 奥加河荘 (おくかごそう)

滋賀県 大津市大石富川2丁目16-17 Phone:077-546-8113 (田中)

◆JR 琵琶湖線石山駅から送迎あり。

参加費：48,000円 (酵素、ドリンク、宿泊、温泉、導入食・回復食、保険、研修費用を含む)

早割・ペア割 45,000円 (9月末までにご入金の方/2名以上同時申込時、おひとり様)

定員：限定15名 申込締め切り：11/15(水)

岡部賢二 1961年群馬県出身。ムスビの会主宰。正食協会理事。正食協会講師として活躍後、福岡県の田舎に移り住み、「ムスビの会」を発足。現在、マクロビオティックの講演や指導、プチ断食セミナー等で全国を回っている。著書に「マワリテメクル小宇宙～暮らしに活かす陰陽五行」(ムスビの会発行)「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。

特別講師(操体法・温熱療法)

山岡康人 鍼灸師。1949年京都市出身。1980年に鍼師・灸師免許を取得。治療に携わるうちに、『食』の大切さに気づき、1984年6月大津市中央に自然食品店〈ヘルステーションけんこう舎〉を開店。1990年5月に現在地、大津市唐橋町に移転。薬局、鍼灸院を併設し、現在に至る。

主宰 申し込み

ヘルステーションけんこう舎

滋賀県大津市唐橋町14-14

TEL:077-537-3878 FAX:077-537-4122

E-mail:biwako_hikari-to-kaze@outlook.jp

吉井(田中)夏子 1985年大津市出身。シンギング・リン音響療法師 奥加河荘の主。大津市の山里にある古民家「輪のわ空間 奥加河荘」にて、演奏会、プチ断食の集い、お味噌づくり、餅つき等さまざまなイベントを開催。

また各地でシンギング・リンを通して五感で感じる大切さ、緩むことの心地よさをたくさんの方と共有したいと活動。

特別講師(枇杷の葉温灸)

浜松公樹 1967年広島県出身。28歳の時にすい臓を患い、大谷ゆみこ氏の未来食や快医学を学び玄米食をはじめたことがきっかけで東条百合子氏の自然療法と出会う。ピワの葉温灸や砂浴などで病を克服し、現在ピワの葉温灸の(有)三栄商会にて、ピワの葉温灸の普及活動に携わっている。

※お申し込みいただいた方には、後日詳しい案内書と振込用紙をお送りいたします。

11/23(木・祝) ※現地集合

- 11:30 受付
- 12:00 開会式・オリエンテーション
- 12:30 第1講義 岡部賢二
「腸活と若返りの秘訣はプチ断食にあり」
- 14:30 導入食（玄米小豆粥）
- 15:30 第2講義 高橋聡一郎
「腸内環境と天然酵母飲料コーボン」
- 16:30 移動・信楽温泉多羅尾乃湯・自由時間
- 19:00 第3講義 佐々木渉
「腸内体温が健康の鍵」
- 20:15 シンキング・リン音浴会 田中夏子
- 21:30 懇親会
- 22:30 就寝



11/24(金)

- 7:00 朝の散策
- 7:30 シンキング・リンで瞑想タイム 田中夏子
- 8:30 梅醤番茶タイム・休憩・自由時間
- 9:30 操体法 山岡康人
- 10:30 休憩
- 10:45 第4講義 岡部賢二
「微生物はすごい！バイオの力で地球も身体も浄化しよう」
- 12:15 休憩
- 12:30 ワークショップ① 浜松公樹 「ビワの葉温灸」
- 14:50 信楽散策
- 16:20 移動・信楽温泉多羅尾乃湯・自由時間
- 18:30 ワークショップ② 岡部賢二
身近な食べ物を使った手当て法（コンニャク温布など）
- 20:30 玄米甘酒を飲みながらの交流会
- 22:00 就寝



特別講師

佐々木渉 1966年兵庫県出身。保健管理士（栄養アドバイザー）分子矯正医学の情報誌を出版する企業に入社し、当時の最新栄養学を学ぶ。現在は自然食品・漢方食品を扱う会社（フェアユング株式会社）の営業の傍ら、全国各地で講演を行う。

特別講師

高橋聡一郎 1975年大阪生まれ独身。第一酵母（株）勤務。第一酵母（株）の看板品「コーボン」と出会い便秘体質が改善。入社以来、NPO ユーアイクラブ正会員としても「発酵食品と腸内環境の重要性」を伝えて「コーボン」の普及に努めている。

11/25(土)

- 7:00 朝の散策
- 7:30 シンキング・リンで瞑想タイム 田中夏子
- 8:30 梅醤番茶タイム、休憩・自由時間
- 9:00 三井温熱を使った温熱療法 山岡康人
- 10:00 休憩
- 10:15 第5講義 岡部賢二
「潜在意識の働きを知り、人生を豊かにしよう！」
- 11:15 休憩・アンケート記入
- 11:30 回復食
- 12:30 感想のシェアリング
- 13:30 現地解散



*会期中、ご希望の方はヘナの施術を体験できます。（参加費とは別に料金がかかります。）

*後泊（11/26）でプチ断食を継続されたい方・観光を楽しみたい方は、オプションで対応可能です。（ドリンク・回復食付きで6,000円）



申込書（FAX：077-537-4122）

氏名	フリガナ	生年月日	昭和・平成		性別
			年	月	
住所	〒				
電話	()	FAX	()		
携帯		E-mail			
交通手段	自家用車 ・ JR 琵琶湖線石山駅から送迎				【オプション】 後泊（プラス6,000円） 希望・希望しない
健康状態	*持病などがある場合は、必ずご記入ください。				

*FAXでお申し込みの際は、切らずにそのまま送信してください。

*お名前とフリガナ、生年月日は正確にお願いします。（保険の手続きの際、必要となります）