

マクロビセミナー

# 酸化還元で若返り

～カラダのサビ取りをする伝統食の知恵～

## インナービューティをマクロビオティックから考える

「食べ物が血となり肉となる」という言葉があるように、わたしたちのカラダをつくる食べ物と食習慣はとても重要。《インナービューティ＝体の内側から綺麗になる》の基礎となるのは、その土地の食べ物、その人に合った食習慣。「綺麗になりたい・若々しくありたい」と願うすべての方に知っていただきたい「食」のことを、とてもわかりやすく学べるセミナーです。

マクロビオティックとは・・・普段の食事を穀物・菜食を中心とした伝統食に戻すことで、人間の判断力を高め、すべての人が思いやりによって結ばれた平和な世界を築こうという生活法です。



日時	2017年10月16日(月)	定員	80名
	13:30～15:00(13:00開場)	参加費	1,000円
会場	アオッサ 607 会議室	プレゼント	ホワイトシリカ 100mL
	福井市手寄 1-4-1 TEL 0776-20-6101		※プレゼントはセミナー開催日の6日前までにお申し込み頂いた方に限ります。

講師	<b>岡部 賢二 先生</b>
	1961年生まれ。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。 大学在学中に渡米し、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品と気づいた後、正食と出会い、松岡四郎先生より指導を受ける。正食協会講師として活躍後、2003年、福岡県の田舎に移り住み、日本玄米正食研究所を開設。2005年にムスピの会を発足させ、講演や健康指導、プチ断食セミナーやマクロビオティックセミナーを九州各地で開催している。 著書は「マワリテメクル小宇宙～暮らしに活かす陰陽五行」



セミナー参加申込書

■ マクロビセミナー 酸化還元で若返り 2017/10/16

受講者様名	
TEL	

お問い合わせ・お申し込み先

シリカクリエーション (株) TEL.0776-21-0378 FAX.0776-21-0379