

陰陽五行講座 ＊冬の冷え取りお手当て講座

2018.11.23(fri) 10:00-16:00

楽しく学ぶ！月のリズムと陰陽五行入門

陰陽五行は東洋哲学の「易学」の思想から来たもので、出会い自然や大宇宙と人体との関わりについて説かれた循環の法則です。5つの流れ（フィフス・エレメント）で物事を見ていく実践学ですが、ふこの法則がわかると病気の流れや運気の流れまでを見通すことができるようになります。季節、色、香り、味と五行が関係しているだけでなく、月の周期律とも関連していて、生活の中に上手に五行を取り入れて、心地よい生活をして見ませんか？

札幌では初めての講座なので、ぜひお集まりください。

冬の冷え取りお手当て講座

「台所は家庭の薬局」

食べもののいのちを調理し、いただくことで、健康を保っています。自身の健康・家族の健康を支える秘密が台所にはあります。そして台所にある普通の食べものが、身体を整えてくれます。食べものが持っている陰陽のパワーを知ってさえいれば、いつでもどこでも、セルフコントロールできるようになります。

食べもののお手当て法を実演実践含め教えて頂きましょう。

＊楽しく学ぶ！月のリズムと陰陽五行入門

9:30～ 受付開始
10:00～12:00 講座
12:00～12:30 質疑応答
12:30～13:30 お昼休憩

★冬の五行ランチ（事前予約、1,000円）

参加費：3,500円
定員 50名

＊冬の冷え取りお手当て講座

13:00～ 受付開始
13:30～15:30 講座
15:30～16:00 質疑応答

参加費：3,500円
定員：50名

●両講座参加の場合は6,000円



講師紹介

岡部 賢二

フード＆メディカルコンサルタント
ムスピの会主宰 正食協会理事

大学在学中に渡米し日本の伝統食が最高のダイエット食だと気づいた後、2003年に福岡の田舎に移り住み「日本玄米正食研究所」を開設。2005年「ムスピの会」発足。現在は全国でマクロビオティックや食育、プチ断食などをテーマに講演活動を行う。

著書

『マワリテメクル小宇宙～暮らしに活かす陰陽五行』（ムスピの会発行）
『月のリズムでダイエット』（サンマーク出版）
『家族を内部被曝から守る食事法』（廣濟堂出版）
『体のニオイは食事です』（河出書房新社）
『ぐずる子、騒ぐ子は書食事で変わる！』（廣濟堂出版）

申し込みは

TEL:011-522-2714 ✉:ajito@moku.jp