

女性のカラダは 月の満ち欠けに同調する。

新月と満月の「プチ断食」で
スリムに！キレイに！若々しく！

月のリズムで 玄米甘酒 ダイエット

in AGT



サロン HAPPY TABLE 主宰
杉村美樹先生



ムスビの会主宰
岡部賢二先生

Title : 月のリズムで玄米甘酒ダイエット

Time : 2019.9.6 (Fri) 10:00 ~ 15:00

Place : あじと (札幌市中央区南 16 条西 4 丁目 1-10) HAPPY TABLE ムスビの会 MOKU HP

Price : 6,000 円 (自然栽培米糀 / 甘酒の持ち帰り付き。マイボトルをお持ちください。)

Tel : 011-522-2714 Email : agt@moku.jp



2015 年に出版された「月のリズムで玄米甘酒ダイエット」の

著者：岡部賢二さん

料理：杉村美樹さん

今回はお二人の講師をお招きし、

午前は、「甘酒について」、杉村先生よりお話をさせていただきます。

歴史・発酵・麹菌・麹の酵素・玄米甘酒の効果・甘酒のつくり方・活用法・保存法などの甘酒の基礎知識について。お昼は、3 種類ほどの甘酒のテイスティングでプチ断食を体験予定。

午後は、甘酒を使ってプチ断食のススメと体験談について、杉村先生と岡部先生の対談となります。

講座の途中にも様々な甘酒のテイスティングをご用意させていただきます。

ぜひ当日は、お米の甘酒フルコースもお楽しみください。