

# 誰でもできる体質改善講座

激増する生活習慣病の原因と対策について、陰陽五行の原理やマクロビオティック食事法、宇宙の法則を基にわかりやすく解説する講座です。これまで現代医療で治せない病気を、伝統食や伝統的な生活法で改善した例をたくさん見てきました。その経験からお話しさせていただきます。何をやっても元気になれない！幸せ感が最近感じられない！食事療法だけでは何となくすっきりしない！将来に夢が持てない！そんな悩みをもっている方におすすめです。

開催日：下記スケジュール参照

時 間：10時～13時

会 場：PRANA

大阪市西区北堀江1丁目17番1号 cor 1F

地下鉄四つ橋線 四ツ橋駅：徒歩2分

地下鉄長堀鶴見緑地線 西大橋駅：徒歩2分

参加費：4400円/回 コース受講 24,000円

講 師：岡部賢二（ムスピの会主宰）



	開催日	内容
第1回	6/10（木）	<b>がんは腸内細菌の改善が決め手！</b> ～がんにならない免疫力を高める食事とは？
第2回	8/5（木）	<b>アレルギーは空腹が改善の決め手！</b> ～自己免疫疾患を改善する素食療法とは？
第3回	10/7（木）	<b>糖尿病は小麦粉を控えることが改善の決め手！</b> ～血糖値を下げる食事法とは？
第4回	12/9（木）	<b>メタボリックは、油脂を控えることが改善の決め手！</b> ～油脂はリンパ管に目詰まりする？
第5回	2/10（木）	<b>高血圧は水はけのよい身体にすることが改善の決め手！</b> ～薬に頼らない暮らし方とは？
第6回	4/7（木）	<b>認知症は塩気を適度に補給することが改善の決め手！</b> ～減塩の問題とは？

お申込・お問い合わせ先

PRANA

Tel 06-6536-5433

<https://cafeprana.com/>



## 講師プロフィール

**岡部賢二** ムスピの会主宰。フード&メディカルコンサルタント。正食協会理事。全国で食育やマクロビオティックの講演、プチ断食セミナーを行う。著書に「マワリテメクル小宇宙」（ムスピの会出版）、「月のリズムでダイエット」（サンマーク出版）、「ぐずる子さわぐ子は食事が変わる！」（廣済堂出版）、「月のリズムで玄米甘酒ダイエット」（PARCO 出版）などがある。