

# 食から始まる生活習慣病予防講座

近年、生活習慣病は増加の一途をたどっていますが、医療の発展にもかかわらず、患者数は一向に減っていません。なぜなら、病気の本質の捉え方が間違っているからです。病気の原因に焦点を当て、食物や生活習慣、意識のあり方によって根本的に病気を予防する対策について最先端の情報をお届けします。嬉しく、楽しく、心地よく生きるための伝統食の知恵を一緒に学びましょう！

	開催日	内容
第1回	2/4 (金)	がんの原因は真菌感染だった！～酸化還元による真菌対策
第2回	4/1 (金)	アレルギーの原因は小麦粉だった！～自己免疫疾患と大腸の関係
第3回	6/3 (金)	高血圧の原因は塩不足だった！～ミネラルがもたらす触媒機能
第4回	8/5 (金)	糖尿病の原因はご馳走だった！～食物繊維を活用して血糖値を調整
第5回	9/30 (金)	感染症はワクチンでは防げない！～ワクチン対策と血液のアルカリ化
第6回	12/2 (金)	認知症の原因は血圧降圧剤だった！～脳を活性化するアミノ酸の効用

お申し込み先：**ヘルス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 progreen365@gmail.com

開催日：2/4 (金) 4/1 (金) 6/3 (金)

8/5 (金) 9/30 (金) 12/2 (金)

時 間：13時半～16半

会 場：ヘルスステーションけんこう舎

滋賀県大津市唐橋町 14-14

受講料：全回一括 18,500 円、単発 3,500 円