

身近な食べ物を使ったデトックス講座

複合汚染から身体を守る！

日本は食品添加物や農薬の種類と使用量、水道水中の塩素濃度、遺伝子組み換え食品の摂取量、電磁波や放射性物質の被ばく量などが世界一の複合汚染大国になっています。そんな状況から脱し、健康な身体を維持するためには、日々のデトックスが必要です。この講座では、これらの公害物質からどのように身体を守ったらよいかの詳しい解説に加え、手当て法の実演も行います。

開催日：2/3（金） 3/31（金） 6/2（金）
 8/4（金） 10/6（金） 12/1（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

	開催日	内容
第1回	2/3	環境ホルモンの問題と浄化法～昆布の黒焼きで内分泌を守る（腎系） 手当て法：昆布の黒焼き作りの実践
第2回	3/31	経皮毒への対処の仕方～重曹や還元塩、ヘナによる排泄法（肝系） 手当て法：重曹クエン酸水作り
第3回	6/2	ワクチンの副作用を予防する～よもぎ玄米スープの活用法（心系） 手当て法：よもぎ玄米スープ作り
第4回	8/4	砂糖の害から身体を守る～ビタミンやカルシウムで体液を浄化（脾系） 手当て法：小豆昆布かぼちゃ作り
第5回	10/6	食品添加物や農薬の解毒法～発汗と玄米の黒焼きでリンパを浄化する（肺系） 手当て法：椎茸入り玄米スープ作り
第6回	12/1	電磁波の問題と対処法～遠赤外線と蒸気による手当てで腎を守る（腎系） 手当て法：こんにゃく湿布の実践

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

講師プロフィール

岡部賢二 ムスビの会主宰。正食協会理事。全国で食育、マクロビオティックの講演やプチ断食セミナーを行う。著書に「マワリテメクル小宇宙」（ムスビの会出版）、「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）等がある。