

# 身近な食べ物を使ったデトックス法

今や日本は食品添加物や農薬の種類及び使用量、水道水の塩素の含有量、遺伝子組み換え食品の摂取量、電磁波や放射性物質の被曝量が世界一の複合汚染大国になっています。食品の質の低下や生活環境が悪化する中、健やか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、身近な食べ物や月の周期を用いた解毒・排毒の方法について詳しく解説いたします。

開催日：下記に記載

時間：14：30～16：30

会場：Sky Walk 福岡市中央区警固3-1-28 1F

定員：13名 参加費：3,500円（玄米おむすびと飲み物付き付き）

	開催日	内容
第1回	3/5（水）	食品添加物や農薬の解毒法～食物繊維の効用
第2回	5/7（水）	経皮毒への対処の仕方～発汗と重曹や還元塩を用いたデトックス
第3回	9/3（水）	ワクチンや遺伝子組み換え食品の害を予防する～オートファジーについて
第4回	11/5（水）	5Gなどの電磁波から身体を守る～身体を陽性化する食べ物

お申込・お問い合わせ先

**Sky Walk organic shop**

福岡市中央区警固3-1-28 1F

TEL: **092-791-8312**



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）、「月のリズムで玄米甘酒ダイエット」（PARCO 出版）等がある。