

春は毒出しをもってこいの時期です！

心と身体の宿便取り！

腸の浄化でデトックス！

パワースポットで充電！

温泉で癒し！

若返りとダイエット！

人生が変わる！

## 佐賀・温泉 フチ断食セミナー

春先のデトックスにピッタリのフチ断食セミナーです。天然温泉につかり、自然の中でゆっくりのんびりリフレッシュしませんか？身近な食べ物を使った手当て法や、自力整体、森林セラピーで心地よい“ゆらぎ”を取り戻しましょう。4名の講師陣による若返りの秘訣についての講座もあり、充実の内容となっています。甘酒や酵素ドリンク、夢千鳥特製の回復食を摂りながら実践するので、お腹が空かず、楽しく実践できます。若返りやダイエット、体質改善、人生の軌道修正を目指す方、ぜひお集まりください。

### 2015年4月11日(土)~12日(日)

会場：熊野川温泉 夢千鳥

〒879-5113 佐賀県佐賀市富士町上熊川 288

TEL：0952-51-0155

\*佐賀駅もしくは高志館高校前から送迎あり【要予約】

【アクセス】

天神から高志館高校前バス停下車（西鉄高速バスで約60分）



\*集合先 **フォレストふじ** 佐賀県佐賀市富士町大字古湯 2624 番地 TEL:0952-58-2882

(初日のお昼の講座はこちらの会場で行います。)

参加費：**25,000円** (酵素代、宿泊費、保険代、研修費用を含む)

定員：**20名** 申込締め切り：**3/31(木)**

【講師】

**岡部賢二** ムスピの会主宰。正食協会理事。全国でマクロビオティックの講演やフチ断食セミナーを行う。著書に「月のリズムでダイエット」(サンマーク出版)などがある。

**川原雅樹** 長崎大学医学部卒業 形成外科入局。西洋医学と東洋医学の融合を計り福岡にて開業。現在福岡川端にて統合医療・環境医療に専念する。健美工房ビル2F 昌樹病院院長。

**仲ひろみ** マクロビオティック望診法指導士マスター、国際薬膳食育師3級。マクロビオティックインストラクター 自宅での料理教室、出張講座を中心に活動中。

**羽根田裕子** 予防医学自力整体指導士、ボディポテンシャルA級修了、マクロビオティックインストラクター 看護師、福岡市を中心に自力整体教室やマクロビオティック講座を開催。最近は予防医学にも興味をもち、いまだ学びの最中。

※お申し込みいただいた方には、後日詳しい案内書と振込用紙をお送りいたします。

お申し込み・お問い合わせ先

**ムスピの会**

〒838-1511 福岡県朝倉市杷木池田 923-3

TEL&FAX: 0946-63-3041

E-mail: musubinokai@athena.ocn.ne.jp

URL: <http://www.musubinokai.jp/>

お申し込み・お問い合わせ先

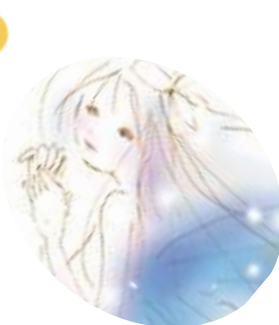
**ベジガーデン料理教室 (仲ひろみ)**

〒818-0005 福岡県筑紫野市原 716-57

TEL: 090-5024-1969

E-mail: cafevegegarden@gmail.com

URL: [vegegarden-jp.com](http://vegegarden-jp.com)



## スケジュール

### 4/11(土)

※現地集合（フォレスタふじ）

- 12:00 受付
- 12:30 開会式・オリエンテーション
- 13:00 第1講義 岡部 賢二  
『プチ断食で若返り～胃腸美人になりましょう!』
- 14:30 休憩
- 14:45 第2講義 仲 ひろみ  
『おうちでできる腸美人になるマクロビオティック調理法』
- 16:00 旅館に移動、チェックイン  
入浴・自由時間
- 18:30 自力整体 羽根田 裕子
- 19:30 手当て法のワークショップ（生姜湿布） 岡部 賢二
- 21:30 交流会
- 22:30 就寝



\*酵素飲料を使った断食なので比較的空腹感が少なく、初心者でも安心して行えます！

### 4/12(日)

- 7:00 森林セラピーウォーキング
- 8:00 梅醤番茶作り  
休息・自由時間
- 9:00 第3講義 川原雅樹『宝石漢方で瘀血を取り除き、若返る』
- 10:30 休憩
- 10:45 第4講義 岡部賢二『腸から始まる自己改革』
- 11:45 アンケート・感想のシェアリング
- 12:30 回復食 ～夢千鳥特製 糰(ホイヤ)と温泉豆腐～
- 14:00 閉会式・解散



✂ (キリトリ線)

## 申込書

氏名	フリガナ	生年月日	昭和	平成	性別
			年	月	
住所	〒				
電話	( )	F A X	( )		
携帯		E-mail			
交通手段	車 ・ 公共交通機関				
健康状態	*持病などがある場合は、必ずご記入ください。				

\* FAXでお申し込みの際は、切らずにそのまま送信してください。(ムスピの会：0946-63-3041)

\* お名前とフリガナ、生年月日は正確にお願いします。(保険の手続きの際、必要となります)