

健康のノウハウの引き出しを増やしましょう

# 免疫力をアップして若々しく生きるための 「ニューマクロビオティック」

岡部賢二&谷口佳世 ワークショップと講演会

心と体を自分で癒し、心地よい「快」の状態にしてあげると、日々の生活が楽しくなります。

呼吸や食事、運動、心のあり方、地球環境に配慮した暮らしが自然や宇宙のリズムと共感し、生き活きと過ごせるようになります。

午前は谷口佳世先生による快療法の講座  
午後は岡部賢二先生による講演会です。

岡部先生のおやしギャグと谷口先生の大阪仕込みのツッコミが激しく炸裂！

楽しいお祭りのような勉強会です。

●日時 平成27年10月19日(月) 10:00~15:30

●会場 イベントハウス里山の家 福井市柿谷町3-3 ☎0776-83-0841  
※当日は動きやすい服装でお越しください

10:00~12:00 **こころと体を感じるワークショップ「快療法の基本」**

講師:谷口佳世 金魚運動・アイロンや湯たんぽによる温熱療法など

13:00~15:00 **講演:自然治癒力をアップする食生活「ニューマクロビオティックとは？」**

講師:岡部賢二

●定員 20名 ●参加費 4,000円 (午前の部のみまたは午後の部のみ2,500円)  
(午後は40名) ●マクロビランチ 1,000円(ご希望の方のみご用意させていただきます)

●お申込み 下記へご連絡いただき、店頭または振り込み先へ参加費をご入金ください。

☎0776-21-3811 ☒hnmtsakura@i-next.ne.jp

振り込み先 郵便振替 ゆうちょ銀行 00710-2-23122

●お問い合わせ 自然食品の店 ヒノモト 福井市堀ノ宮1-803 ☎0776-21-3811

<講師紹介> 岡部賢二

ムスピの会主宰、正食協会理事、マクロビオティック九州代表理事、フード&メディカルコンサルタント。  
正食協会講師として活躍後、2003年福岡県朝倉市に移り住み、「日本玄米正食研究所」を開設。2006年『ムスピの会』を発足。  
食育の講演、健康指導、マクロビオティックセミナーを各地で開催。著書に「マワリテメル小宇宙~暮らしに活かす陰陽五行」、「月のリズムでダイエット」などがある。

谷口 佳世

大阪府富田林在住。  
「ここから会」主催。健康相談、体操指導のほか、「ここから通信」の発行は2013年7月で138号を数える。世界一周のピースボートに船内講師として4回乗船。

