

身近な食べ物を使った体内浄化法

デトックス

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で、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、陰陽五行を用いた解毒・排毒の方法について詳しく解説いたします。



開催日： 下記参照

時 間：10：30～13：00

会 場：サークルくらし

久留米市国分町 411

参加費：単発 4,500 円 (税込) *ランチつき

講 師：岡部賢二 (ムスビの会主宰)

	開催日	内容
第1回	2/29 (木)	食品添加物や農薬の解毒法～食物繊維の効用 肝・胆のう系を強化する食事
第2回	5/9 (木)	放射性物質・電磁波から腸を守る～マイナスイオンで酸化還元 心・小腸系を強化する食事
第3回	7/4 (木)	ワクチンや遺伝子組み換え食品対策～オートファジーとプチ断食 胃・脾臓系を強化する食事
第4回	9/5 (木)	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 肺・大腸系を強化する食事
第5回	11/7 (木)	内分泌を攪乱させる環境ホルモンの害と浄化法～黒焼きの効用 腎・膀胱系を強化する食事

お申込・お問い合わせ先

サークルくらし

久留米市国分町 411

TEL&FAX: 0942-21-3278

講師プロフィール

岡部賢二 ムスビの会主宰。フード&メディカルコンサルタント。正食協会理事。全国で食育やマクロビオティックの講演、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で変わる!」(廣済堂出版)、「月のリズムで玄米甘酒ダイエット」(PARCO 出版)などがある。