

# 宇宙生理学講座

## 身近な食べ物を使ったデトックス法

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・排毒の方法や手当て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時～13時

会場：しょうぶ学園内オムニハウス2階  
鹿児島市吉野町5066

\*会場へのお問い合わせはご遠慮ください。  
\*会場は変更になる場合があります。

参加費：1講座 3,000円

	開催日	内容
第1回	3/1 (金)	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 よもぎ入り玄米甘酒作り
第2回	5/10 (金)	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 梅干しの黒焼き作り
第3回	7/5 (金)	ワクチン後遺症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 よもぎ入り黒炒り玄米スープ
第4回	9/6 (金)	経皮毒への対処法～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 ヘンプオイル入り生姜油作り
第5回	11/15 (金)	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 昆布の黒焼き作り

お問い合わせ・お申込先

**やさい村**

鹿児島市吉野4丁目37-16

TEL：099-244-8061

FAX：099-244-8061

Mail：ysim@mxy.mesh.ne.jp



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。