

この「正食医学講座」は、磯貝先生の約 6,000 人への指導実績に基づいた理論や、病気への対処方法が学べる講座として、2012 年から当協会で行っている講座です。

症状を改善するには体質や体調を理解し、病気になるメカニズムを理解することが大切です。

「正食医学講座」は、ご自身やご家族の体質改善を図りたい方、マクロビオティックの理解を深めたい方、食事指導者を目指す方におすすめの講座です。

今回は初心者の方にもわかりやすく関心の高い内容に絞り、集中講座として東京以外の 3 カ所で開催します。

皆様のご参加をお待ちしています。

※内容は変更になる場合があります。

時間	講義名	講義内容
10:00 ～ 12:00	体質・体調の陰陽と 5 つの体質 腸内環境を調える食と生活	食物の陰陽と体の陰陽。体質と体調の陰陽。万物は陰陽より成る「宇宙の秩序」とは？ 腸が身心の元。私たちの意志は腸から。腸が変われば心が変わる。
昼 食		
12:45 ～ 14:45	腸造血と半断食 糖質制限食とマクロビオティック	腸造血と骨髄造血。半断食で体温が上がる、その理由。食生活と血液の寿命。 糖質制限の良いところ悪いところ。マクロビオティックの様々な食事。
休 憩		
15:00 ～ 17:00	砂糖・人工甘味料・乳製品の害 動物性食品の中和法	砂糖の摂り過ぎでなる病気。人工甘味料の摂り過ぎでなる病気。砂糖中毒から抜け出す方法。乳製品の見えない罠。 動物性食品の陰陽、食べ合わせと相性、過去に摂った動物性食品の排毒法、動物性食品によって違う排毒の仕方。
～ 17:30	質疑応答	講義内容について、ご質問いただけます。

### 日程・会場

受付 9:30

開催地	開催日	会場	会場アクセス	定員	最少催行
大阪	5月20日(日)	マロル 料理教室 プラーナ	地下鉄四つ橋線 四ツ橋駅より徒歩 2 分 地下鉄長堀鶴見緑地線 西大橋駅より徒歩 2 分	22 名	13 名
仙台	6月17日(日)	PARM-CITY 131 (ルム5C)	地下鉄南北線「広瀬通駅」より徒歩 3 分 地下鉄東西線「青葉通一番町」駅より徒歩 3 分	24 名	11 名
名古屋	9月 2日(日)	リマ・クッキングスクール名古屋校	地下鉄桜通線・鶴舞線 御器所駅より徒歩 8 分	18 名	11 名

### 受講料

当協会会員 20,000 円

(各会場共通)

一般 25,000 円

※昼食のお弁当代とテキスト代を含みます。

(お弁当は玄米のマクロビオティック弁当です)

オーサワジャパン取引先様は会員価格 20,000 円で承ります。

- ・お申込みの方には、会場までの地図などを送付します。
- ※開催 2 週間前の時点で最少催行人数に達しない場合は中止とさせていただきます。開催決定の場合は定員まで受付します。

ご予約のうえ、下記口座へ受講料をお振込みください。

原則、郵便局でのお支払をお願いしております。会員の方は、郵便局用の赤字の払込用紙をご利用ください。(手数料がかかります)

郵便振替口座：00100-3-194125 加入者名：日本 C I 協会 通信欄に日付と講座名を明記ください。

### 講師 磯貝 昌寛

いそがいまさひろ

1976 年群馬県生まれ。食養指導家。マクロビオティック和道 主宰。15 歳の春、桜沢如一の「永遠の少年」「宇宙の秩序」を読み、陰陽の物差しで生きることを決意。大学在学中から故大森英櫻氏の助手を務め、故石田英湾氏にも師事する。穀菜食の店「こくさいや」の店主として食事指導を行ってきた実績を活かし、現在は食養相談と食養講義に東奔西走。



### お問い合わせ & お申し込み

日本 C I 協会 東京都目黒区東山三丁目 1 番 6 号 電話:0120-306-193/Fax:0120-306-293

ホームページからお申し込みできます!

www.ci-kyokai.jp まで