

オーガニック養生料理教室

～星野式ゲルソン食事療法～

皆様いかがお過ごしでしょうか。

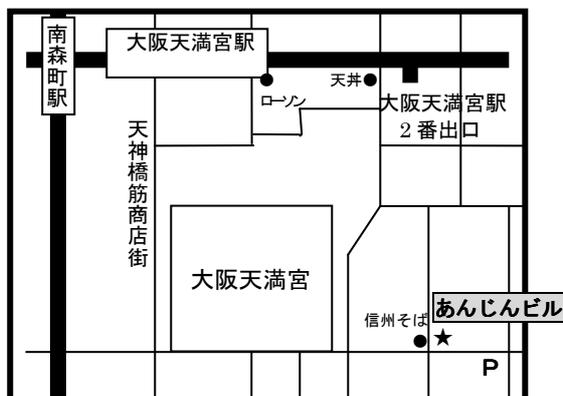
「星野式ゲルソン食事療法」ご存知でしょうか。

知る人ぞ知る注目の食事療法ですが、今回は、講習と調理実習をします。
星野仁彦（ほしのよしひこ）医学博士。福島学院大学福祉心理学部教授。
専門は精神薬理学。先生ご自身が、5年生存率0%のガンと診断され、
ゲルソン療法で病気を克服されました。著書「ガンと闘う医師のゲルソン療法」。
さて、メニューは玄米ご飯、大豆、豆腐料理2品、旬の野菜料理5品
ゲルソンスープ、野菜ジュース、天然酵母パン、ハーブティを予定しています。
食材や調味料等も安心安全なものを用意して、お待ちしております。
講師は、管理栄養士でもあり健康料理研究家の永谷明子でございます。

「生を養うは食にあり」

土と太陽と水、自然の恵みを食し、心と体をリフレッシュしましょう。

エプロン、三角巾（大きめのハンカチ）ご持参頂きますようお願いいたします。



と き 平成19年11月11日(日曜日)
ところ あんじんビル さする庵
じかん 10:30～14:00
参加費 4,000円
お申し込み 有限会社 マイルドスクエア
大阪市北区天満 4-16-5 あんじんビル2階
E-mail info@mild-square.com
H P <http://www.mild-square.com>
FAX 06-6355-5124
携 帯 090-5118-9248 (永谷)

* JR東西線 「大阪天満宮駅」下車徒歩2分

* 地下鉄谷町線・堺筋線「南森町駅」下車徒歩4分

オーガニック養生料理教室に参加します。

名 前 _____ 電 話 _____

住 所 _____

メー ル _____