

おかげさまで53周年!

# 食と健康セミナー

参加費無料

どなたでも参加できます!

2025年5月12日 月

場所

ふれあい健康館 2階・第2会議室

住所:徳島県徳島市沖浜東2-16

時間

受付13:00~

13:30~15:00

講師

(株)玄米酵素FBRA 学術研究員

鍼灸師・NPO法人日本総合医学会理事

井上 明

## プロフィール

伊豆みどり会保養所所長として、約20年間、難病の方々を中心に食事指導、断食指導・物理療法を行う。現在、年間100回を超える講演、年間10回以上の断食合宿で、多くの方々に健康アドバイスを行っている。著書 愛と和食がすべてを癒やす 2020年8月



## 講演テーマ

お酒で人が変わるように食で心も体も変わる!!

和食は **健幸美** への架け橋

玄米・大豆・野菜・海藻・魚介類、腹八分、よく噛む~これが王道!

参加者特典



主催

(株)玄米酵素 大阪支社

大阪府大阪市中央区南久宝寺町3-6-9

TEL:06-6258-2345

