

おかげさまで53周年!

参加費無料



食と健康 セミナー in 心斎橋

日時 2025年 6月17日 火 13:30~15:00
(受付13:00~)

会場

株式会社玄米酵素 大阪支社

3F メッセージホール

住所:大阪府大阪市中央区南久宝寺町3-6-9

地下鉄本町駅
12番出口(●表記)
より徒歩5分
大阪支社→■表記



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

地下鉄心斎橋駅からは、北側改札を出て「北8階段」から移動いただくとスムーズです(徒歩約10分)



●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)

「井上 明の過去の講演動画 ダイジェスト」はこちら



■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!

【こんなことが学べます】

- ・腸内細菌が心と身体を決める
- ・理想のバランス食事法「5:3:1:1」
- ・寿命の共通項! ○○を食べた量と健康寿命の関係

参加者
特典

無料(要予約。定員40名)



お申込・お問い合わせ

QRコード読み取り
からもアクセス可

株式会社玄米酵素 大阪支社



紹介販売店

①Webで簡単予約 (玄米酵素 セミナー日程一覧 で検索)

②TEL : 06-6258-2345 (営業時間 9:00~17:30 平日のみ)