

一日青汁一杯で元気に生きる

もり みちよ

「不食の人」森美智代さんにきく

家庭でできるやさしい断食健康法

「食べ方」が人生を変えていく

私のように断食や超少食によって難病が治ることは珍しいことではありません。持病のない方でも、肌や髪が本来の美しさをとり戻し、体が軽くなって頭が冴えわたっていくのを実感できると思います。
（『断食の教科書』より）

断食博士といわれる故甲田光雄医師による食事、運動療法で奇跡的に難病を克服された森さん。「食べる」とは何か、超少食生活で得られたものなどいろいろなお話をうかがいます。



「食べる」ことは

「命」をいただくこと

定員
100名

2017年 4月2日（日）

（開場 9：45）開演 10：00～12：00

チケット：前売 1,800円 / 当日 2,300円

（前売りチケットのご購入は裏面をご覧ください。） ※当日は空席ご確認の上、お越し下さい。

合人社ウエンディひと・まちプラザ（広島市まちづくり市民交流プラザ）

北棟6F マルチメディアスタジオ 広島市中区袋町6-36 電話（082）545-3911

広島電鉄（広電）市内電車： バス：「袋町」バス停（広電・広島バス）から徒歩約3分、
「袋町」電停から徒歩約3分、 「放送会館前」バス停（広島バス）から徒歩約6分、
「紙屋町東」電停から徒歩約6分 「そごう広島バスセンター」から徒歩約9分
アストラムライン：「本通駅」から徒歩約5分

※駐車場はありません。お車でお越しの方は近隣のコインパーキングをご利用ください。

後援：全国健康むら21 ネット、広島有機農業研究会、Lanの風NEWS、エースプロジェクト

主催：すぎなの会（いのちと暮らしを守る健康づくり地域づくり）

【お問い合わせ】 TEL 080-6315-0141 すぎなの会（近宗）

