

第181回
わくハラ
勉強会

講座開催のご案内

講座の受講は1つだけでも、すべてでも、いくつでもご参加いただいて構いません。お聞きになりたい講座の、開始時間までにお越しください。

※前講座との入れ替えのため、多少お待ちいただく場合があります。

日時 **5月17日** **土** 講座の簡単な内容や講師プロフィールはこちら ▶▶▶▶▶▶

●13:30~14:10 講師●鈴木 ゆりこ(静岡市在住)
**身体の声聞こえていますか？
今すぐ始める免疫力を上げる方法**

●14:30~15:20 講師●長田 七奈子(藤枝市岡部町在住)
子供の困りごとに寄り添うアロマ

●15:30~16:20 講師●塚本 記代美(静岡市在住)
**“手術しかない”からの逆転劇
玄米が救った奇跡**

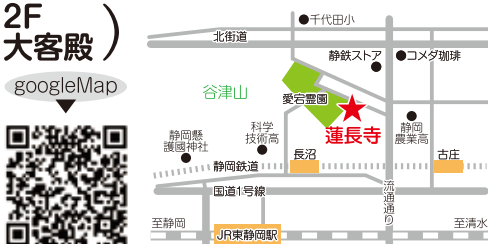
●定員 **30名** ※定員になりしだい受付終了

※申込みはこちら▶▶ <https://take-a.jp/wakuharaf1> ▶▶



●会場 **蓮長寺**(2F 大客殿)

- ・三重之塔があるお寺
- ・門をくぐり右手の建物2階が会場
- ・駐車場あり(無料・お寺の門前)
- ・静岡市葵区沓谷1344-13



●静鉄 長沼駅・千代田小学校前バス停から徒歩約10分

主催：静岡わくわくハラハラ勉強会

静岡から日本を元気にしちやえがコンセプト。
自分の知りたいことを聞くことができる。
自分が得意なことを教えることもできる。
聞く人は「わくわく」、教える人は「ハラハラ」。

そんなワイワイ楽しい勉強会を開催中！
こちらで最新情報をチェックできます。
▼Facebook ページ▼
www.facebook.com/shizuoka.wakuhara

講座内容・講師のご紹介

●13:30~ 身体の声聞こえていますか？
今すぐ始める免疫力を上げる方法

私達は、誰でも、疲れがとれなかったり、風邪をひきやすくなったりと、身体の不調を感じることがあります。そんな時に大切な「免疫力」をアップするコツをお伝えします。

講師●鈴木 ゆりこ(静岡市在住)

看護師として30年以上、医療機関に勤務。

心身の健康は、食と生活習慣に深く結びついていると実感し、健康自然食インストラクター、ヨガインストラクターを取得。

●14:30~ 子供の困りごとに寄り添うアロマ

長女の発達障害からの二次障害(不安症と抜毛症)を発症し、ASD・ADHD・LD・聴覚過敏・感覚過敏だったと知ること。抜毛も止まらず、不登校で自宅学習の日々。

八方手を尽くしても改善どころか悪化の一途だったのが、エッセンシャルオイルを暮らしに取り入れた途端に全てが逆回転!今、困っているママに、この改善法を知ってもらいたい!希望ある未来を届けたい!そんな思いからお話しさせていただきます。

講師●長田 七奈子(藤枝市岡部町在住)

Instagram「@bridge_of_space775」で活動中。中1と小4の娘の母。

エッセンシャルオイルのある暮らしのご提案と、毎週末日曜日にアロマを使ったおつまみと飲み物のお店「日曜日の花々」を開いています。

●15:30~ “手術しかない”からの逆転劇
玄米が救った奇跡

3歳の長男が原因不明の難病で「手術で切除しかない」と診断される。1996年3月、玄米食・マクロビオティックの第一人者久司道夫先生と出会い、4月からマクロビオティックの食事(玄米中心)を始め、2週間で病状の進行が止まる。生後6ヶ月からの全身アトピーも治まり痛みも改善。6月に久司先生の直接食事指導を受け順調に回復。10月に「半年度の検診で問題なし」と言われ、その後も経過は良好。現在32歳、2児の父に。私自身は18歳までロス五輪選考会3位や国体優勝など水泳選手として活躍。久司先生曰く、選手時代の食生活が子どもに影響を与えた可能性ありとのこと。ボストンの国際的なサマーコンフェレンスやベケットでのティーチャーズセミナーに参加し、食材の収穫から調理・理論まで学ぶ。長男が良くなった経緯と理由についてお話しします。

講師●塚本 記代美(静岡市在住)

玄米食カウンセラー32年、フェイシャルアナリスト、ヒーリング