



気になる放射能から身を守る食事

電子書籍出版記念講演 岡部賢二先生 (ムスピの会主催)

福島第一原発の事故以来、私たちは「放射能」というものを意識して生活せざるをえなくなりました。いえ、正確には、原発が動いているだけでも放射能は私たちの生活に入り込んでいたのです。玄海原発の30キロ圏内に住む私たちの水、食べ物、大地はどうなってしまうのか、子どもたちのために何ができるのか…不安は募るばかりです。一方、この環境の変化は、これまでの暮らしのあり方、生き方を問い直し、本来あるべき姿へとシフトするためのチャンスと捉えることも出来ます。今の現実に向き合い、それを乗り越えるためのヒントは、長年自然と寄り添ってきた日本人の暮らしや伝統食の中にある…そうおっしゃるのが、マクロビオティック講師である岡部賢二先生です。岡部先生はちょうど今月、同タイトルの電子書籍を出版され、全国、また海外でも日本の伝統食の重要性について講演なさっています。マクロビオティックから見た放射能と人の体との関係、放射能対策となる食事、など…温かく明るく、そして深い心で世界を見ていらっしゃる岡部先生からどのようなお話が伺えるか、とても楽しみです。自分と家族のイノチの根源である、食事。生きる根本となる「食べる」ということを丁寧に見直し、私たちにできることを学びたいと思います。今回も伊都安蔵里さんに共催していただきました。先人の息づかいを感じる幕末に建った醤油蔵で、皆さんと素敵な時間を共にできることを楽しみにしています。

日時 8月10日(水) 10:00~12:00

終了後から14:00まで希望者のみ昼食会(7日までに要予約)

場所 伊都安蔵里 2階和室 (糸島市川付882) <http://itoaguri.jp/>

参加費 1500円 (昼食会参加者は + 1000円)

申込 ①名前 ②人数 ③連絡先 ④昼食会参加希望の有無 を明記の上、  
いとしま菜の花プロジェクト(担当:大松)へお申込ください。 [itonanohana@yahoo.co.jp](mailto:itonanohana@yahoo.co.jp) もしくは携帯 090-6004-7038  
託児はございませんが、お子様連れでもお気軽においでください。  
お車で越越しの際は、第二駐車場をご利用ください。(八反田信号から白糸の滝方面に直進、JAガソリンスタンドの向かい)  
※会場には扇風機しかなく、暑くなることも予想されます。 団扇やタオルなど各自ご用意ください。

主催 いとしま菜の花プロジェクト <http://nanohana.aikotoba.jp/>

+++++プロフィール+++++

岡部賢二(おかべ けんじ) 日本玄米正食研究所 所長、フードアンドメディカルコンサルタント

大学在学中に渡米し、肥満の多さに驚いて「アメリカ社会とダイエット食品」をテーマに研究。

日本の伝統食が最高のダイエット食と気づいた後、正食と出会い松岡四郎先生(正食協会の元会長、世界にマクロビオティックを広めた桜沢如一氏の直弟子)より指導を受ける。

正食協会講師として活躍後、2003年、福岡県の田舎に移り住み日本玄米正食研究所を開設。

農業の勉強のかたわら、マクロビオティックの講演や健康指導で西日本全域を回っている。

講演先は、主に保育園、幼稚園、学校、病院、自然食品専門店、オーガニックレストラン、企業などで食育を中心に講演活動を行っている。

また、陰陽五行と気・血・水の考え方や、深層心理学をとり入れた独自の健康指導で多くの方を指導している。

2005年『ムスピの会』を発足し、2006年より、セミナーハウス「四季の舎ながいわ」を開設。

各種セミナーや料理教室、体験学習などを開催している。

著書に「マワリテメクル小宇宙〜暮らしに活かす陰陽五行」(ムスピの会) 「月のリズムでダイエット」(サンマーク出版)

「心とからだをキレイにするマクロビオティック」(PHP出版)。

1961年生まれ。趣味は畑仕事。