

# 食と体の深い関係

シリーズ  
講座

## 本当に体に必要なものは？

5月13日  
(日)

### Lesson⑤ 「食物のバランス」

栄養素のバランス、p hのバランス、陰陽のバランス…  
そしてそれらの組み合わせ。

6月10日  
(日)

### Lesson⑥ 「食物を薬にする①」

漢方では、食物が最上級の薬「上薬」と位置づけ。  
薬になる食物…薬効、食べ方、保存方法、注意点など。

7月8日  
(日)

### Lesson⑦ 「食物を薬にする②」

漢方では、食物が最上級の薬「上薬」と位置づけ。  
薬になる食物…薬効、食べ方、保存方法、注意点など。

※8月以降の内容はお問合せください。また、内容は変更する場合があります。予めご了承ください。



講師：細川 順讚

1948年愛知県生まれ。東西医学、心身医学、食養生、民間医療等を統合し、総合的健康法・治療法の実践的研究を40年以上行う。

受講料 一講座 会員 3,500円 一般 4,000円 (税込)

時間 14:00～16:30(各回共通)

場所 日本CI協会 B1Fセミナールーム

お問い合わせ・お申し込みは

日本CI協会 東京都目黒区東山三丁目1番6号 電話:0120-306-193/Fax:0120-306-293

ホームページからお申し込みできます！ [www.ci-kyokai.jp](http://www.ci-kyokai.jp) まで