



八寿恵荘健康セミナー
第五弾!

体にやさしい、選び方講座（全4回）

●日にち 2018年2月17日（土）～18日（日）の1泊2日

●スケジュール

2月17日（土）	2月18日（日）
12:30 JR明科駅（無料送迎車あり）	8:00 ご朝食
13:00 八寿恵荘着（自家用車の方）	9:00 カミツレエクス工場見学
13:30 講座スタート	10:00 ツアー終了
15:30 講座終了	10:30 送迎出発（JR明科駅へ）
16:00 周辺散策ツアー（かんじき体験）	
18:00 ご夕食	

●参加費 18,360円（税込、ご宿泊1泊2食分とイベント参加費込み）
※現地までの交通費は自費となります。



日本オーガニック協会理事
服部真緒先生

●申込み・問合せ先 八寿恵荘（やすえそう）
長野県北安曇郡池田町広津4098
TEL 0261-62-9119 Email info@yasuesou.com

モノや情報が溢れる現代で、一体何を信じ、何を食べたら良いのか、自分には何が合うのか... 分からなくなっている人は少なくありません。こんな時代だからこそ、偏った情報を見て振り回されるのではなく、わたしたちひとりひとりが実際に考え、食材やコスメ、肌着などを選択することができる「ちから」を持つことが必要です。自分や家族の体にやさしいものを自分で選べるように、一生使える知恵、オーガニックの選び方を一緒に学んでみませんか？

<服部真緒さんプロフィール>

肌荒れ、湿疹、アトピー性皮膚炎を食のみで治した経験から、食の大切さと、自分と大切な人の体を守るための知恵を伝えていきたいと決意し、9年間勤めた金融機関を退社。現在は、「体の中から綺麗になれる」をコンセプトに、マクロビオティック、陰陽五行、アロマなどの知見や資格、実体験を活かし、誰でも気軽に始められるオーガニックなライフスタイルを提案している。飲食店のメニュー監修や白い砂糖を使わないヘルシースイーツレシピ提供、商品プロデュース、グランピングのコーディネート、フードセラピスト講座なども行っている。

<八寿恵荘への行き方>

安曇野ICより重柳右折、アルプスパノラマロード高瀬橋西右折、
渋田見左折、県道大町明科線 池田5丁目右折
※当館の専用駐車場がございます。
※車椅子ご利用の方はお申し付けください。
ご来館時に担当がご案内いたします。

