

自分の
からだのこと
知りたい方！

身体に
優しい食事を
作りたい方！

滋味深い料理で
スタミナをつけ
元気になりたい方！

渡部 美智余先生のからだ講座

健康チェック

自分の不調について知る

&

滋養強壮

からだ喜ぶ韓国料理食事会

◆あなた自身の経絡をチェックし暑い夏を乗り切りましょう◆

肩こり・冷え性・腰痛・便秘などは経絡の滞りが原因と言われます。
あらゆるツボの通り道である経絡をチェックして正しい身体を取り戻しましょう

講座の流れ

渡部美智余の
ためになる

からだ講座

体質別
常備しておく良い
食材やお茶の紹介

台湾の国立大学
医学部監修測定器による

経絡診断

参鶏湯をメインにした
陰陽五行に沿った
からだにいい食事会

2018/8/6(MON) 18:30 OPEN!
acha' s kitchen NICE DAY
<http://achanagayama.wix.com/niceday>
東京都杉並区天沼 3-11-3 モアビル B1
03- 3392-5085

会費：5,500 円 (経絡チェック・食事 ワンドリンク付)



講師：渡部美智余
「生活習慣病、認知症になる方を一人でも減らしたい！」「未来を担う子供達に正しい食育を伝えたい！」をモットーに活動。料理コンテストにて多数最優秀賞受賞。一般社団法人日本フード&ヘルス協会代表理事、全日本薬膳食医情報協会理事、国際中医師、漢方芳療師、調理師、国際医学気功師、など資格多数。