

食を通してあなたの最高のチカラを引き出す **メシカツ**

2017

4/11(火)

おにぎり瞑想 (漢方農法米)

自然の持つ生命のチカラで心とからだを満たす

自然本来の持つ生命のチカラは私たちの心とからだに癒やしをもたらしてくれます。

癒やされることで、心とからだを満たすことができます。

今回は漢方農法米の本来のチカラをより感じるために、発芽させた玄米を七輪で炊いていきます。

炭火の香りや米が炊けるまでの時間もじっくり味わいながら心とからだを見つめる瞑想を行います。

2017年 4月11日 (火) 11:00~15:30
参加費5000円 定員6名

完全予約制 15歳以上の方限定 受付締切4月8日(土)
当日キャンセルはキャンセル料が全額発生します。

開催地 エシカル油井ヶ島
受付窓口 エシカル油井ヶ島事務局

エプロン・タオルをご用意ください。



漢方農法米おにぎり
繭久里カフェの自家製味噌汁
サラダ、平飼い有精卵「おぼろ卵」
と一緒にいただきます。

お土産つきです。



主催・講師：高坂(たかさか) 真知子

思い込みを変えることで願いを叶えていく「シータヒーリング」
を学び、現在インストラクターとして活動中。
中学・高校の家庭科教師の経験を活かし、高校生のアスリートの
食事作りも定期的に行う。「食」を通して自分の心を整えることで
自分の持つ最高のチカラを発揮させる【メシカツ】も開催しながら、
自分を愛し、その瞬間をじっくり味わい、楽しむことの大切さを提唱。
詳しくは、ブログ「最高に輝く自分の育て方」をご覧ください。

問い合わせ窓口



347-0026 埼玉県加須市油井ヶ島 1393 番地 1

電話問い合わせ：エシカル油井ヶ島事務局 繭久里カフェ宛 080-6785-2255

ホームページ：http://park.ethicalgp.com/「エシカルパーク」を検索

LINE@：公式アカウント「エシカルパーク」を検索



LINE@

繭久里
cucuri cafe

繭久里カフェでもお尋ねください。

代表者名			参加者様 名
住所	(〒 -)		
連絡方法	電話番号	メールアドレス	
その他			メール希望 <input type="checkbox"/>