美腸幸せコース

自然農とマクロビオティックで腸の健康を育む

美腸幸せコース

コースの概要

「美腸幸せコース」は、自然農の田んぼやお米、そしてマクロビオティックの知恵を通じて、あなたの腸を美しく育て、腸の能力を高めることを目的としています。このコースを受講することで、個人の健康だけでなく、周囲の人々の幸せにも貢献することができます。

対象者

このコースは、特に以下の方々におすすめです。

1. ご自身の健康を増進したい方: 健康増進や趣味、仕事のパフォーマンスを上げたい方。
2. 一家の健康を預かる方: 家族の健康を第一に考える親や家庭の主婦・主夫。
3. セラピストや看護師: 患者やクライアントの健康を支える医療従事者。
4. 学校の保健室の先生: 学生の健康をサポートし、心身の調和を促進したい方。
5. 料理や健康の伝統を伝える方: 次世代に健康や食の知恵を伝えたい方。
6. お子さまのご参加も可能（15歳以下保護者同伴）

コースの特徴

自然農法による田んぼとお米

- 自然農法: 化学肥料や農薬を使わず、自然の力を活かした農法で育てた田んぼとお米を体験。
- 心身の調和: 自然農法のお米を通じて、心と身体のバランスを整える体験をします。

マクロビオティックの知恵

- 食事と健康の関係: マクロビオティックの視点から、日々の食事がどのように腸に影響を与えるかを理解します。
- 腸の健康を促進: 腸内環境を整えるための具体的な食事法や生活習慣を学び、実践します。

期待できる効果

- 腸の美しさ与健康: 腸内環境が整うことで、消化吸収が良くなり、身体全体の健康が向上します。生活のパフォーマンスが向上します。
- 周囲へのポジティブな影響: あなた自身が整うことで、周囲の人々にも健康と幸せをもたらすことができます。

このコースを通じて、あなたの腸を美しく育てるとともに、心身の健康と幸せを手に入れましょう。