

ホリスティック医学の根幹は、セルフ・ケア。日々の暮らしに欠かせない、暮らしを育む台所は、セルフケアの現場です。キッチン・ファーマシーとは?暮らしに役立つコトやモノを生み出す台所は、家族の薬剤室という考え方です。暮らしを丁寧に、身の回りの生活術。現代版お婆ちゃんの知恵袋。セルフケアを実践でき、台所で生み出す生活術を伝える、“キッチンファーマシスト”を目指したい方に、ポイントを解説します。男女問わず、各方面の方に役立つ講座です。最後の講座は、全3回を通して、ヒントを伝えてくれる植物たちと、星の秘密を紐解きながら、山本忍先生にご解説頂きます。



◎講座内容の紹介

【講座1】 「皮膚」オイルと水と植物の関係

“手のひらスキンケア”法 無駄なものを一切使わない方法です。自然な方法で 手作りコスメの素材を乳化(混ぜる)させるコツを学べます。

【講座2】 「食」オイルと水と植物の関係

“たなごころ料理”法、昔からの自然な調理方法、ベジ発酵、ベジ調味料等、小学校の理科室を思い出し旨味を台所で自作する為のポイントを学べます。大切な命の儀式を行う“台所へ向かう心得”をお伝えします。

【講座3】 「頭 心身 魂」オイルと水と植物の関係

“暮らしの中のヨーガ”を深めます。食養生を活かした“アーユルヴェーダ式日本の暮らし”を解説。心と身体の響きを暮らしに活かし、魂の在り様を深めて参ります。

*①~③は、全て国産オーガニックレベルで、丁寧に濾過した生のローオイルを原料に使用します。

【講座4】 星々と植物達の想いを聴き魂が喜ぶ医師のお話

講座に登場した、植物と星の秘密を、アントロポゾフィー医学の見地から山本忍医師にお話頂きます。 ※後にレポートを提出して頂きます。

◎講座申込

「キッチン・ファーマシスト養成講座」申込みとして、下記の①~⑤の項目を、メールまたはファックスでお送り頂き、お振込み下さい。振込みをもって正式受付となります。①講座名②氏名(ふりがな)③住所④連絡先(当日つながる電話番号)⑤メールアドレス

■受講料: 4講座 24,000円(税込 材料代4,000円込)

■講師: 山本忍④ えぐちまお①~③

■日程: 10/13(土) ②13時~①16時~19時
10/14(日) ③10時~④14時~17時

※キッチンファーマシスト養成講座受講後、日本ホリスティック医学協会ホリスティック・ヘルス塾基礎講座受講者(開講後可)は、“キッチンファーマシストレベルアップ講座合宿”に参加できます。日程は<http://kitpha.com>に掲載します。

(毎年開校を予定しています。)

今年度翌週 10月20日~21日 富士山静養園

<講師紹介>

山本 忍 Shinobu Yamamoto

千葉県生まれ。東京医大卒。1995年「医療と福祉を結ぶ」をテーマに神奈川県に建設された福祉マンションの一角に神之本クリニックを開設。地域医療への貢献とともに、アントロポゾフィー医療の実践にとりくんでいる。日本アントロポゾフィー医学の医師会理事。日本ホリスティック医学協会理事。NPO法人マグノリアの灯理事長。

<https://magnolias-licht.org/> <http://j-paam.org/>

えぐち まお Mao Eguchi

1962年、茨城県水戸市生まれ。鹿児島県指宿市在住。梅姫本舗株式会社代表取締役。本土最南端、国内初のハーブ園で生産される原料を活かし、園敷地内に自然化粧品研究所を設立。Earth・kitchen ファーマシスト協会 *kitpha* 主催。キッチンファーマシスト。千鳥学説研究会理事。SLAMA / JAPA 認定アーユルヴェーダインストラクター。日本アーユルヴェーダ学会員。NPO法人日本森林療法協会森林セルフケアコーディネーター。日本ホリスティック医学協会認定ホリスティックヘルス塾インストラクター。

詳細は…<http://kitpha.com>

■ 主催・お問い合わせ: (有)ホリスティックヘルス情報室

Eメール: hic@a7.rimnet.ne.jp FAX: 03-5572-8219

URL: <http://holistichealthinfo.web.fc2.com/index.html>

