



beech café

# アブラと健康

(第2回「学びのカフェ」)



中村紫乃 (しのりん) / 自然療法家  
アメリカの大学を卒業後、国内外の  
企業に勤める。心理学の本との出逢  
いをきっかけに心理カウンセラーを  
志し独立。心や身体に関する様々な  
資格を取得し、施術や講師業を行う。  
現在はペットも含めたあらゆる健康  
相談を受け、代替医療や自然療法  
のアドバイスをしている。

【開催日・日時】

**7月28日(日)**

**14:00~15:00**

【場所】 **ビーチ・カフェ**

※参加料は無料です。(人数：12名程度)

※申し込みは→岡部裕子 Tel090-7514-3911 へどうぞ。



ビーチ・カフェ(ブナ自然学舎)では自然食(無農薬、無添加)を基本にしたメニューを楽しんでもらいたいと考えています。  
また『学びのカフェ』等を開催し共に学び合う場を目指しています。

前回(「はちみつ・糖」)に引き続き、今回も**自然療法家の中村紫乃さん**に『アブラと健康』のお話をうかがえることになりました。

植物性の油はヘルシーで動物性の油は血液ドロドロの原因と言うのが一般常識。

実は、あらゆる病気の根本原因は「アブラ」にあると言っても過言ではありません。

それぞれの油の特性から「どうしてその油が体に悪いのか」をわかりやすく説明します。



**皆様のご参加をお待ちしております。(※事前の申し込みが必要です。)**

ブナ自然学舎 beechcafe(ビーチ・カフェ)

寿都郡黒松内町字南作開34-1 TEL 090-7514-3911

(ブナ自然学舎 HP アドレス: <https://beechcafe.jp/>)

