

ほんものの貴重な 手作り野草酵素教室

いのちの森3万8千坪の中に広がる野草の宝庫と完全無農薬野菜の
光の水自然農園から採集して本物のとっても貴重な野草酵素をつくります！！

2017年5月27日(土)～28日(日)



さんしょう

クローバー

たんぽぽ

つゆくさ

よもぎ

フサスグリ

くまざさ

酵素とは・・・？

酵素は消化・吸収の働きを始め、
血液循環細胞の新陳代謝など、健康を維持する上で体が最も必要とする物質です。しかし加齢に伴って日々減少していく性質のため毎日の生活の中で補給し続けなければなりません。酵素は健康促進・老化予防・整腸・ダイエット・美肌などに効果的と言われています。



酵素ドリンク

春の酵素

春の酵素は冬の間にとまった毒素を排出し
体に元気を与えてくれます

春・秋の酵素の材料

ヨモギ・スギナ・クローバー・ドクダミ・こごみ・ふき・オオバコ・ヒメオドリコソウ・ゲンノシヨウコ・白樺の新芽・たんぽぽ・ユキノシタ・宿木の実・小豆・椎茸・唐辛子など種類が多ければ多いほど良い。その地域の農産物が良い。
自然農園にある野菜は農薬・化学肥料は一切不使用。

春の新芽や野草、この時期は一番薬効も強くエネルギー高い野草酵素になります！！



ひえ

しいたけ

オオラオ

すぎな

こごみ

みずな

ねこじらし

りんご

もろこし

つくし

かぶ

なばな

もも

のあさみ



いのちの森文化プロジェクト

後援

公益財団法人いのちの森文化財団／水輪の会／有限会社グリーンオアシス
農業生産法人(株)水輪ナチュラルファーム／いのちの森クリニック



春の手作り野草酵素セミナーとヒーリングステイ

スケジュール(変更になる場合があります)

- 1日目** 12:30 長野駅東口 乗合タクシー発
 13:00 受付, オリエンテーション
 13:30 春の自然農園、周辺散策
 14:30 食・酵素のビデオ上映
 16:00 入浴 19:30 自主学习
 18:00 夕食 20:30 座禅
- 2日目** 6:00 春の山野草、ハーブ摘み
 7:00 春の酵素教室
 10:00 朝食
 11:30 振り返り、感想文記入
 12:00 解散



塩澤研一著 帯津良一監修
 「いのちにやさしい野菜のレシピ」
 1,728円税込 PHP研究所

会場:いのちの森(水輪)について

いのちの森の大自然のエネルギーは、心と体を癒し、自然治癒力を高めます。隣接する水輪ナチュラルファーム自然農園では農薬や化学肥料を一切使用せずお野菜を作り、環境と健康に配慮した農法を行っています。大切に保護された自然は、やどぎや銀竜草など高山植物、また山野草の宝庫です。館内寝具類は清潔を保ち、施設には和紙の照明、建物は天然木の檜や杉材を使用することで、人工的な建材によって遮断されることなく大自然のもつ澄んだ空気を、存分に味わうことができます。厳選された無添加の食材・調味料、無農薬野菜などを使った心のこもった美味しい食事は心身をリフレッシュしてくれます。



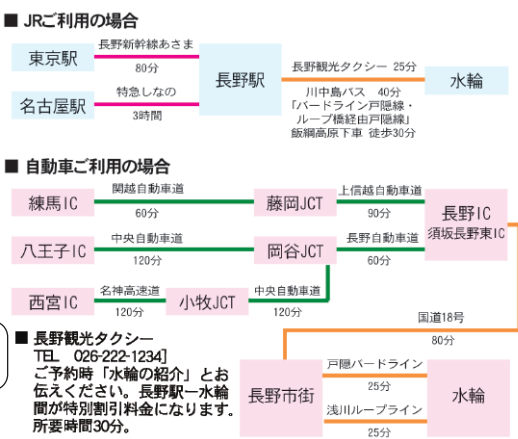
参加要項

- 会場 信州飯綱高原 心と体といのちのセンター いのちの森「水輪」
- と き 春の野草酵素セミナー2017年5月27日(土)~28日(日)
- 参加費 ①1泊2日18,500円(税込)(1泊の宿泊費、夕朝食付、会場費、参加費、材料費(酵素、海の物、山の物、無農薬野菜、野草など))
 ②前泊・延泊をご希望の方は事前にご予約下さい。(1泊:13,500円~)
 ③乗合タクシー希望の方は4人以上1人当たり片道1,200円、往復2,400円 *要事前予約 *乗合タクシーは長野駅東口発。乗車人数により差額を当日精算します。 *後日詳細資料送付
 ④個室希望承ります。(個室希望別途料金4,000円~6,500円) 個室料は当日精算。ご希望こそえない場合もあります
- *お作り頂いた酵素はお持ち帰り頂けます。
- お申込 下記の「申し込み書」でFAXまたは郵送にて心と体といのちのセンター「水輪」までお申込後、一週間以内に参加費をお振込ください。
- 振込先 参加費振込確認後、順次正式受け付けとなります。(申込受付後詳細資料送付)

◎みずほ銀行 長野支店 (増)1620273 水輪の会 塩沢早穂理 (すいりんのかいしおざわさおり)
 ◎ゆうちょ銀行 (口座番号)00550-0-6511 (加入者)水輪の会

*尚、キャンセルの場合は参加費は返金致しませんのでご了承下さいませ。(代理参加は可能です)
 ◎詳細はお問い合わせ下さい。

〒380-0888 長野県長野市飯綱高原2471-2198 FAX 026-239-2736 TEL 026-239-2630
 e-mail suirin@suirin.com URL http://www.suirin.com



「手作り野草酵素セミナー」申し込み書

TEL 026-239-2630
 FAX 026-239-2736

フリガナ 氏名 _____ 男・女 _____ 年齢 _____ ご職業 _____ 申込日 _____ 月 _____ 日 _____

住所〒 _____ e-mail _____

TEL _____ FAX _____ 携帯電話 _____

②(乗合タクシー 行き・帰り) _____ ③(前泊する・延泊する) _____ ④(部屋希望 個室・相部屋) _____

合計金額①+②+③ _____ 円 振込先(銀行) _____ 振込日 _____ 月 _____ 日 (振込済み・振込予定) _____

お申し込みのきっかけ ちらし 紹介:紹介者(_____) インターネット 新聞・雑誌(_____)