

## 自然食品店の為のマクロビオティックセミナー 「お店で使える実践食養アドバイス」IN新潟

新潟県で初となるこのセミナーは、同県だけではなく宮城県からの参加者も加わり合計21名での開催となりました。

「お店で使える実践食養アドバイス」というテーマで、まず冒頭に「売り手と買い手の垣根を越える事」と言われました。

それはどういう事なのか？を要約していきたいと思います。

多くは不調を訴えている方がお店に来られた際の対応となりますが、その問題は「体」だけではなく、「心」との2つの要素が重要になってくるという事。

さらに細かくいうと「体質、体調、心の状態」の3つの状態に分けられるという。

心身の不調を改善するには、まずは心の状態が大事である。では、どう対処するかというと、まずはマクロビオティックな生活を取り組もうという気持ちに導くことである。そして体調が回復すれば、必然的に体質も改善され、また心の状態も改善する事も可能であるとの説明。

では体調を回復させる為にはどうすればよいのか？

その解決策が、陰と陽の理論を用いつつ、状態を把握し、その上で体調に合った食事と生活をコツコツと続ける事を勧めるという事である。

ここで重要なのは「状態を把握する」という事は、問診表を見て判断するような事ではなく、じっくり相手と長く時間をかけて向き合っていく事が大事である。と磯貝先生が代表のお店「こくさいや」での実体



開催日：2013年9月29日(日)  
場所：コーポシティ花園GARESSO(新幹線すぐ)  
時間：14時～17時30分

験を通してのお話を頂きました。

では自然食品店では具体的にどうすればよいのか？

確かに千差万別の症状に対応するには簡単に答えを出す事は難しいと思いますが、参考として、今まで磯貝先生が指導された方々の症例とその対処法の説明を頂き、また顔や体型を見ての陰性体質か陽性体質かを判断していく事を簡単な表を使って、分かりやすく教えて頂きました。

ただ商品を説明し、売上を上げる事も経営者として必要ではあると思いますが、悩みを抱える顧客一人一人の不安要素を取り除いてあげる事も自然食品店の存在意義の一つなのかと考えさせられました。

質問コーナーでは実際にあったお客様からの不安や悩みに対する内容が多く、お店様がそれぞれ『自然食品店』という名を誇りとしているような意識の高さを改めて感じる事ができました。

また、私達が自然食を扱う心構えをどうすればよいのかを考えさせられる機会を与えてくれたセミナーでもありました。



### 講師：磯貝昌寛

1976年群馬県生まれ。15歳で、桜沢如一「永遠の少年」「宇宙の秩序」を読み、陰陽の物差しで生きることを決意。大学在学中から大森英櫻の助手を務め、石田英湾にも師事。食養相談と食養講義に活躍。宇宙法則研究会代表補佐、「穀菜食の店こくさいや」代表。

今までお会いできていなかったお客様方と少しの時間で話せた事も含めて、大変有意義なセミナーとなりました。

お忙しい中お集まりいただきありがとうございました。

レポート：オーサワジャパン 磯田