

マクロビオティックいきいき健康セミナー in 沖縄



開催日: 2014年5月18日(日)
場所: 国立劇場おきなわ(沖縄県)
時間: 13時~16時15分
講師: 長嶺弘子氏、勝又靖彦氏、磯貝昌寛氏

5月18日(日)「国立劇場おきなわ」において、「マクロビオティックでいきいき健康セミナー」が開催されました。リマクッキングスクール沖縄校である清流舎さんが主催となり、県内の多くの小売店さん、取引先メーカーさんのご協力により、多くの参加者にマクロビオティックに触れて頂くことができた有意義なセミナーとなりました。

プログラムは4部構成からなっており、清流舎主宰の長嶺先生により沖縄での生活とご自身の子育て、クッキングスクールの運営経験を交え、マクロビオティックの基本を説明頂きました。日本CI協会勝又会長からは感性・本能の大切さとマクロビオティックの陰陽との関連性、食養指導家の磯貝先生からは食養指導における事例をあげながら体質・体調に合わせた食事の大切さを伝えて頂きました。

講演後の公開トークでは、3人の講演者に加え、地元の自然食品店さん2名にご登壇いただき、現在の沖縄における健康の問題、地元小売店のかかえる悩みやお店での工夫点など生の声を伝えて頂きました。

沖縄での大規模セミナーの開催は初めてでしたが、参加された方はみな積極的で意識の高さが感じられました。

レポート: オーサワジャパン 星野