

特別企画！

薬を出さないお医者さんの話 Vol.15

# 「自然食の裏側」

～こだわり食材を使った、ドクターシェフの簡単レシピ公開～

6月9日(日) 10:00～12:30

**無料**

託児あります！ 500円/1人 定員10名・要予約！

「自然食」だから安心？

農薬や食品添加物などの有害性を認識し、安全性のより高い自然食を求める人達が増えてきました。

しかし、有機食品は無農薬無添加ではありません。無添加食品でも添加物を使っているものがあります。

また、農薬も肥料も使っていない自然栽培の農産物が少しずつ広がっていますが、自家採種で全栽培工程が無農薬無肥料の農産物は少ないのが現状です。自然食と言われている食品の詳しい内容をお伝えし、より安全性の高い自然食の見分け方が分かる講演内容です。



いつも満員御礼の講演会

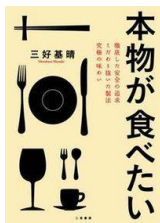
## 講演内容

- 自然栽培と有機農法は似て非なるもの ○自然栽培は無肥料、有機農法と化学農法は有肥料
- 偽自然栽培が横行している ○発酵食品に使われている純粹培養発酵菌 ○天然菌の発酵食
- 無添加食品に使われている添加物 ○ご飯にも添加物が使われている
- 無漂白寒天でも無添加ではない ○酵母エキスは化学調味料と同じような製造方法
- 飲み放題のコーヒーの食品添加物 ○箸の漂白剤と防かび剤 ○ラップの添加物
- 化学物質過敏症が増えている ○摂取した化学物質は呼吸と皮膚から排泄している ○化学物質と交通事故



## ☆自然食を使った料理のデモンストレーションと試食があります♪

お医者さんである三好先生がお料理の先生に?! その名も「ドクターシェフ」  
食材や作り方にこだわり、自ら手作りされる先生のレシピの中から、  
おススメのレシピをご紹介します。



講師：三好基晴 /医学博士 臨床環境医 叔メック・クリニック院長（神奈川県藤沢市）

現在、アトピー性皮膚炎や花粉症などのアレルギー性疾患、化学物質過敏症、電磁波過敏症、がんや糖尿病などの生活習慣病などに対して、衣食住の生活環境を改善する診療をしている。また、全国で講演活動を行っている。自然食レストラン「みかくや」<http://mikakuya.com/>で健康セミナー、パン教室やだし教室などの料理教室を行っている著書に「買ってはいけない」「自然食の裏側」「薬の常識はウソだらけ」など

問い合わせ先：ピュアリィ店頭

096-323-1551

お申し込みフォーム <https://ws.formzu.net/dist/S25839349/>

