

農・食・康 特別講座 玄米メソッド

講師：高内 実（自然農法家）
 隔週金曜日 10:30～12:30 定員 20 名
 受講料（全 8 回）15,000 円 / 各回 2,000 円

講座の趣旨

『医食同源』の言葉通り『医は食なり』食の安全を見つめると、最後は農業にたどりつきます。自然農法家の立場から農業の安全性と地球環境について見つめてまいりました。

例えば右の写真をご覧ください。農薬や肥料を与えない自然農法の田圃にはこのように無数の蜘蛛の巣が存在します。この小さな蜘蛛たちが農薬よりもはるかに多くの害虫を捕食してくれます。この光景ひとつとっても生物多様性社会の大切さが身に染みて感じられます。



この講座では、山や森を崇敬し 6 千年もの昔から守り続けてきた、日本古来からの循環型社会（自然農法）を紹介し自然農法で食物の安全が保たれて行くことを学びます。

講座内容

| | | |
|-------|-----------|----------|
| 第 1 講 | 10 月 19 日 | 農・食・康の現状 |
| 第 2 講 | 11 月 2 日 | 虫のお話 |
| 第 3 講 | 11 月 16 日 | 草のお話 |
| 第 4 講 | 11 月 30 日 | 土のお話 |
| 第 5 講 | 12 月 14 日 | 月読のお話 |
| 第 6 講 | 1 月 18 日 | 発酵のお話 |
| 第 7 講 | 2 月 1 日 | 玄米のお話 |
| 第 8 講 | 2 月 15 日 | 味噌を作るお話 |

※ 講座終了後、自然栽培米の『発芽酵素玄米』と自然栽培素材の具沢山味噌汁・無添加漬物での食事会を行います。



講師紹介：高内 実（たかうちみのる）

1968 年奈良県生まれ。春日大社寺社番匠の家に生まれ、幼少のころより神道の訓戒を受けて育つ。日本人が世界に先駆け築き上げてきた生物多様性循環型社会の復活を目指し、1996 年自然農法家福岡正信氏を訪ね自然農法を学ぶ。以来自身の試験圃場でハッピーヒル・朝日米・野菜の栽培を実践。現在自然栽培圃場かむながら代表を務める傍ら(株)西日本メディカル社員、自然ハーブオーガニック生指導を行う。コミュニティ・アカデミー上幟 平成 30 年春季講座担当「健全な農産物が健全な身心をつくる」NPO 法人岡山県木村式自然栽培実行委員会会員 NPO 法人全日本大学開放推進機構会員

受講をご希望の方は、「講座名」 ①お名前、②連絡先住所をご記入の上 E-Mail もしくは FAX にてお申込みください。

コミュニティ・アカデミー上幟 広島市中区上幟町 10-15-201 畠田ビル 2F
 TEL&FAX：082-225-8103 E-Mail：c.a.kaminobori@outlook.jp