

# イーマ 3月（第117回）例会のご案内

主催 特定非営利活動法人 アイエイチエムエージャパン 理事長 野口 哲英

寒かったり暖かかったり、ノロウイルス、風邪が流行していますが お変わりありませんか。

さて、先回は総合医であり、また家庭医でもあります佐野潔先生をお招きして、「主治医の賢い選び方」を学びました。次回は人生はすべからく幸せになる義務があることを実践している「らくらく7日間断食」を永年にわたり主催してきた(株)ハピネス代表の隆久昌子先生にお話をさせていただきますので、老若男女かわりなく多くの方のご参加を願っております。私も2回断食を実践し、幸せな「今、ここ」があります。

日時：平成 26年 3月17日(月曜日) 18:00～20:00

## テーマ 「らくらく7日間断食」



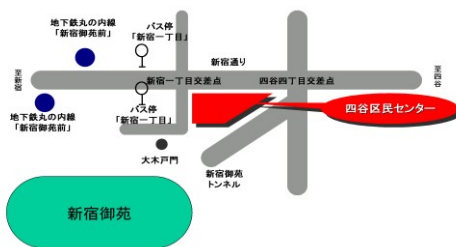
講師 隆久昌子先生

### 【らくらく7日間断食の効能】

太った人もやせた人も標準体重になる。  
体だけでなく、心も美しくなる。  
生活習慣病やうつ・神経症も治る。  
感受性が高まり、未来への夢や勇気が湧く。  
飢餓にも耐えられ、添加物・タバコがまずくなる

### 【プロフィール】

株式会社ハピネス 代表取締役社長  
NPO 法人山の幸染め会 代表理事  
ハピネスの会主宰（ハピネス式7日間断食健康法・指導責任者）  
山の幸染め研究会代表（山の幸染め創始者）  
しあわせカルチャーハピネスサロン 代表



会場：四谷区民センター11階 集会室2・3

ご連絡先：電話又はFAX

●地下鉄丸の内線「新宿御苑前」駅より徒歩5分

＜例＞●参加費：お出願 2,000円 ●欠席 受付メールアドレス

(東京都新宿区内藤町 87)

ご参加は メール honbu@ihma.or.jp あるいは FAX: 03 (5225) 1522 でお返事ください。