

正食クッキングスクール 大阪本校

Macrobiotic
COOKING SCHOOL



短期集中料理教室のご案内

2018年3月開講 | マクロビオティックの基本からおもてなし料理まで
最速15日間で初級→中級→上級コースが履修できる

① 伝統と定評のある料理教室です

マクロビオティック創始者である桜沢如一先生の意を受け、1957年(昭和32年)に設立された正食協会が、長年にわたり運営しています。食養から発展した本来の「正食＝マクロビオティック」が学べます。

② お忙しい方にピッタリ! 最短の時間で学べます

受講に半年かかるレギュラーコースに比べて、初級、中級、上級とそれぞれ5日間で受講修了するので、お忙しい方にピッタリです。

③ 日本全国、さらには海外在住の方にも人気です

短期間で学べるので、日本全国、最近では海外在住の方も日本滞在の一環で受講していただける集中教室です。教室の中は、合宿のような熱気であふれています。

④ 身体の変化を感じやすい教室です

レギュラーでゆっくりと身体の変化をみるのもひとつですが、集中して一定期間正食料理を食べるので体調の変化がわかりやすく、自分なりの変化を実感できます。

⑤ 仲間意識がめばえ、正食仲間がつくれ、しっかり学べます

毎日一緒にお料理を作り、食事を共にすることで、みんなの中に調和的なエネルギーが生まれ、絆がめばえます。教室内は1テーブル6人制で、少人数制でしっかり学べます。

スケジュール

初級コース	3月6日(火) ～3月10日(土)	1日2講座・全10回 午前10:15～13:15 午後13:30～16:30 受講料 50,000 円(税込)(テキスト代・食材など含む)
中級コース	3月11日(日) ～3月15日(木)	1日2講座・全10回 午前10:15～13:15 午後13:30～16:30 受講料 56,000 円(税込)(テキスト代・食材など含む)
上級コース	3月16日(金) ～3月20日(火)	1日2講座・全10回 午前10:15～13:45 午後14:00～17:30 受講料 68,000 円(税込)(テキスト代・食材など含む)

■ 定員 ■

各コース25名
(先着順・事前のお申し込みが必要です)

■ 会場 ■

正食協会2階 料理教室
(大阪市中央区大手通2-2-7)

■ お申込み ■

正食協会まで電話かFAXでお申し込みください。
ホームページからお申込みいただけます。

TEL: 06-6941-7506

FAX: 06-6941-7039

ホームページ: <http://www.macrobiotic.gr.jp/>



Macrobiotic Facilitator

ムソー株式会社

TEL: 06-6945-0511 , FAX: 06-6946-0307

540-0021 大阪市中央区大手通2丁目2番7号 <http://muso.co.jp>

[f ムソー公式Facebookページ](https://www.facebook.com/MUSOcorp) <https://www.facebook.com/MUSOcorp>