

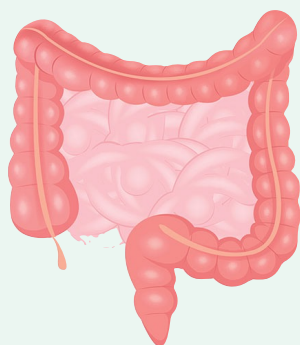
栄養とハーブで心と体を整えるナチュロパシー ～ ディスバイオーシスとリーキーガット講座 ～

2019年9月14日（土） 10:30～12:30

@フィットナチャーラ 札幌本店



ディスバイオーシスとは腸内細菌叢のバランスが崩れた状態のことを指します。現代の9割の病気にディスバイオーシスがかかっているとされています。ディスバイオーシスは消化器系の不調だけでなく、頭痛・疲労・気分障害・アトピー・アレルギー・肥満・メタボリックシンドローム・糖尿病など様々な症状に関係しています。



リーキーガットとは、腸壁の粘膜と細胞がダメージを受けて緩んでしまい、腸内の毒素や未消化の栄養素などが腸壁の細胞の隙間から直接血中に取り込まれてしまう状態のことです。これがあらゆる症状の悪化を招きます。その原因の1つとなるのがディスバイオーシスです。

ディスバイオーシスとリーキーガットがどうして起こるのか、また、自然療法で、この全身につながるお腹の中のバランスを取り戻す方法をご紹介します。

参加費：4,000円（税込）

当日現金でお支払いください。

お申し込み方法：右記QRコードからお申し込みフォームにアクセスしていただき、コメント欄に「9月14日フィットナチャーラ札幌本店での講座参加希望」と記載の上お申し込みいただくか、または、お電話（**080-2260-7963**）にてお申し込みください。フィットナチャーラでもお申し込みの受付を承ります。



開催場所：

フィットナチャーラ

URL：<http://www.phytonatura.com/>

電話：011-841-1448

〒005-0003 北海道札幌市南区澄川3条6丁目3-3

じょうてつドエル真駒内1F

[地下鉄（南北線）自衛隊前駅より徒歩2分／駐車場完備]



講師紹介：

ナチュロパス 河野加奈恵

Wellness Roots代表

北京大学卒業。アップルジャパンに14年勤務し、40歳を過ぎてキャリアチェンジ。渡豪してヘルスサイエンス（ナチュロパシー）の学位を取得し、2016年に帰国。食養・西洋ハーブ・サプリメントなどを用いて、エビデンスベースドの自然療法を実践する豪州認定ナチュロパス、MEDIC First Aid®インストラクター。趣味は研究論文検索、洋ドラ鑑賞、木を愛でる。Homepage & Blog：<https://wholenessofnature.com>