

# 秋の手作り酵素講習会のご案内



**21世紀を持続可能な社会にするためには、  
“酵素”、“微生物”、“発酵”が必要不可欠です！**

「ご飯を食べて元気な体をつくる」

そんな当たり前のことが通用しなくなっているのが、私たち現代人の食事です。

生命を維持し継続するはずの「食」が、いつしか他人の金儲けのための「加工食品」となり、その結果としてガンや腎臓、肝臓病、各種のアレルギーやホルモン疾患が急増しています。

“酵素”、“微生物”、“発酵”の要素が凝縮した手作り酵素を活用して、この困難な時代を生き抜きましょう。

加えて、私たちの暮らしを脅かす自然災害が毎年のように発生している現在。有事の際の備蓄食としても手作り酵素は大いに役立ちます

## 10月14日 (土)

**集合場所 国民宿舎 新嵐山荘  
(受付時間8:30~9:00)**

**参加費 大人1500円  
(中学生以下1000円)  
※昼食代込み**

**申込締切 2日前まで当社にご連絡ください**

**※受付場所は、  
嵐山荘内のフリースペースとなります。  
お車は第2駐車場にお停め下さい。**

## 当日の流れ

受付時間 8:30~9:00

9:00 新嵐山荘でミニ講習会

9:30 カミ美生の森に移動後  
酵素作り

12:00頃 昼食

昼食後随時 解散

## 当日の 持ち物リスト

- 野菜などの材料 ※赤ビート・穀物セットは、当日購入可
- 白砂糖 (目標の1.1倍) 響魂 (当日購入可) 海の精 (当日購入可) 包丁・まな板
- 大ざる (材料を洗うときに便利) 大たる (40ℓ角ボックスが便利) ゴム長靴・ゴム手袋・軍手
- 小さな折り畳みイス 食事用 (ハシ・コップ・皿等) 環境保護にご協力お願いいたします