

## ONLINE 講座

若杉ばあちゃんの食養の知恵を、インターネット動画で学ぶことができるオンライン型の講座を開講中！  
手軽にご自宅で受講できるので、遠方の方やお仕事や子育て、介護などで講座への参加が難しい方にもおすすめです。  
動画レッスンのため何度でも繰り返し学ぶことができ、1度購入すると無期限で視聴が可能です。  
あなたの生活スタイルに合わせて、隙間時間に食養の学びを深めてみませんか？

### ①若杉親子の食養オンラインサロン

～生きる力・治る力を高める食養料理教室～

〈受講料〉  
6,600円（税込）/月の月額制

- メイン講師：若杉典加    ゲスト講師：若杉友子
- 若杉ばあちゃんが伝えている食養料理の数々を、若杉典加が丁寧に実演するインターネット版料理教室
  - 料理動画の他、食養Q&A、ミラクル体験インタビュー、若杉ばあちゃんのメッセージ等、盛りだくさんの内容

### ②若杉ばあちゃんのオンラインセミナー

若杉ばあちゃんが伝える心も体も豊かに生きる47のお話

〈受講料〉  
¥66,000（税込）

- 講師：若杉友子    進行：若杉典加
- 講演会でお話している内容を各テーマ約15分の動画にまとめた全47話を収録

### ③食養オンラインスクール マスター講座

〈受講料〉 ¥396,000（税込）

- 講師 若杉典加（食養歴35年） 監修：若杉友子
- 食養の基本（食養講座、陰陽講座、料理教室、お手当法）を学ぶ講座
  - 毎月 約30本の動画レッスンを配信

※HPでのお申込みに限り、クレジットカードの分割払いも可能です



その他詳しい特典等の情報はこちらよりご覧頂けます

## 食養cafe withNature

無農薬・無肥料の食材を土鍋と鉄鍋で調理した自然の恵みたっぷりの月替りランチや、こだわりの自然派デザート&ドリンクをお出ししております。



リンク先HPよりご予約できます

Lunch : 11:30-16:00(L.O.15:00)  
Dessert : 13:30-16:00(L.O.15:00)  
定休日：日・月・火（2020年より）  
※年末年始・GW・お盆はお休みです  
TEL : 078-862-3297

## 講師紹介



若杉ばあちゃん

食養の知恵を伝えるため、日本全国を飛び回り、講演活動、料理教室、セミナーなどを開催。『子宮を温める健康法』、『これを食べたら医者はいらない』など、約20冊の本を出版。現在82歳、現役で活動中。

若杉 典加

若杉ばあちゃんの長女。食養歴35年。3人の子供を、京都北部で自給自足生活をしながら食養で育てる。現在は、神戸でカフェと食養指導にあたる。

## <セミナー、料理教室の申込み方法>

下記の連絡先までお申込み下さい。  
お申込み後1週間以内に、受講料のお支払いをお願い致します。  
クレジットカード払い（PayPal）と銀行振込が可能です。

○期日までにご入金の確認が取れない場合は、キャンセルとさせていただきます。

○お支払い後のご返金は致しかねますのでご了承下さい。

【HP】 <https://www.noricastyle.com>  
【メール】 [noricastyle.c@gmail.com](mailto:noricastyle.c@gmail.com)  
【TEL】 080-9604-5667  
（留守の場合はメッセージをお願いします）  
【FAX】 078-862-3297

## <アクセス情報>

cafe / セミナー / 料理教室

地下鉄三宮駅 西神・山手線 東出口⑧より徒歩約8分  
JR東海道本線 三ノ宮駅 西口より徒歩約10分



【住所】  
兵庫県神戸市中央区中山手通1-22-8 クイーンズビル1F



2020年版

NORICA STYLE  
with Nature

## 食養セミナー& COOKING SCHOOL

—こうして食べたら医者はいらない！—  
若杉ばあちゃんの食養（昔の日本の暮らし）の知恵を学ぶ講座が、神戸・北野坂でスタートします。  
「陰陽」と「昔の日本」この二つの物差しで、未病・不妊・心とカラダの悩みを解消しましょう！

