

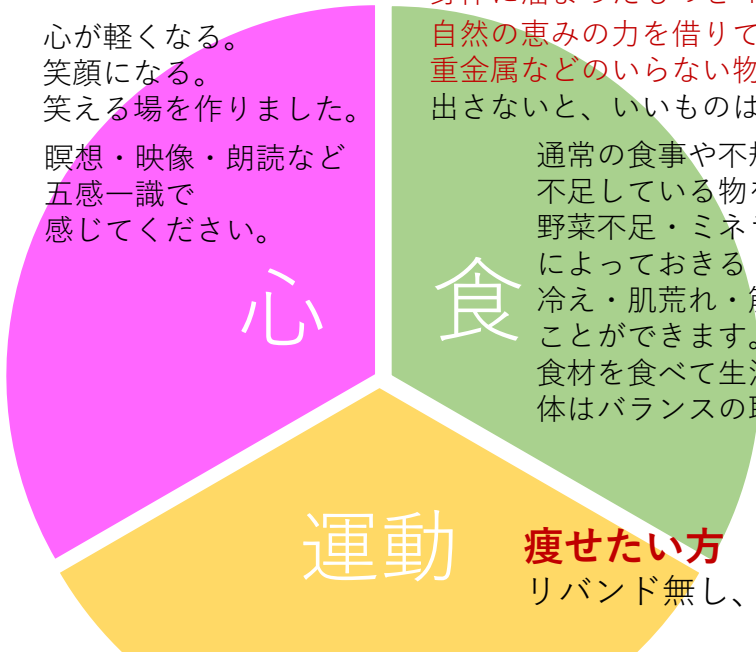
私たちの想い・・・【健康】

食事・運動・心の持ち方の3つで1つと考えています。

まずは身体によい物を摂る前に、
身体に溜まったものを「出す」こと

自然の恵みの力を借りて、
重金属などのいらぬ物は出す。
出さないと、いいものは吸収されません。

通常の食事や不規則の食事ですすため
不足している物を補いましょう。
野菜不足・ミネラル不足・食物繊維不足
によっておきるトラブルの解消便秘・
冷え・肌荒れ・筋肉の低下など改善する
ことができます。もともと日本人は旬の
食材を食べて生活してきました。私達の
体はバランスの取れた食を提供します。



心が軽くなる。
笑顔になる。
笑える場を作りました。

瞑想・映像・朗読など
五感一識で
感じてください。

痩せたい方 大歓迎
リバンド無し、我慢無し

身体を整える器具があり、施術などを受けることができます。
皆様の悩み・欲望・恐怖に対して 根本から解消するプログラムを作ります。
通常は、施術60分6000円となりますが・・・平日2日間で、3時間の
プログラムを1回3時間が3000円、週2回6000円です。(3時間
各種健康器具や施術を利用できず。)
根本から解消する為に、プログラムに沿って来店して頂きます。

健康とは最初に、
身体に溜まったものを「出す」ことから・・・

体重の1割は、重金属・添加物などの不純物です。
その為に、癌・心筋梗塞・脳卒中・認知症などの引き金になると言われています。
生活のルーティーンに入れて習慣化して、ここに来て不純物を出すことによって
恐怖である病気の予防を行います。

賢い女性をつくる(人創りは国創り)

厚生労働省認定校

オープニングスタッフ募集中です。

* 食事スタッフ * 施術スタッフ * 受付スタッフ

食事・運動・心の持ち方3つで1つで健康になる！

家にいるよりここに来ると思わず笑顔になれる😊 食事から、心から、
身体から健康になるための習慣作りのサポートができる場所を創造しました。
ウェルネス日生の想いに賛同くださる方を募集中です。働きながら、施術の
技術が取得でき、料理の技術や心の持ち方・健康の知識も習得できます。

【勤務時間】7時30分～17時30分の5時間～8時間のシフト制

仕事内容は食事や施術、フロント・カフェ・お掃除などの仕事をして頂
きます。詳しくはお気軽にお問い合わせください。

ウェルネス日生 Tel080-4227-0912 担当：田中

お問合せ

ウェルネス日生

営業時間 9時～17時

17時～貸し会場要予約

〒701-3204

岡山県備前市日生町

日生890-1

Tel080-4227-0912

金儲けの種が見つかる お宝市場

売る・買う・つながる・・・様々な出逢いを通じて「儲けのヒントが
見つかる」楽しい場所

人のカテゴリー・・・資格や特技、知識や経験を活かして講座を開催
したり趣味の会など自分のスキルを活かす。

物のカテゴリー・・・自分で作った物や家で眠っているものを販売、
ネットオークションに出すのはめんどくさいがここなら持ち込むだけ
情報のカテゴリー・・・最新技術やビックリ現象、経験や専門家なら
ではの情報がお金に変わる。

環境のカテゴリー・・・今の時代だからこそ今の需要に向けた情報を
出品発信できます。

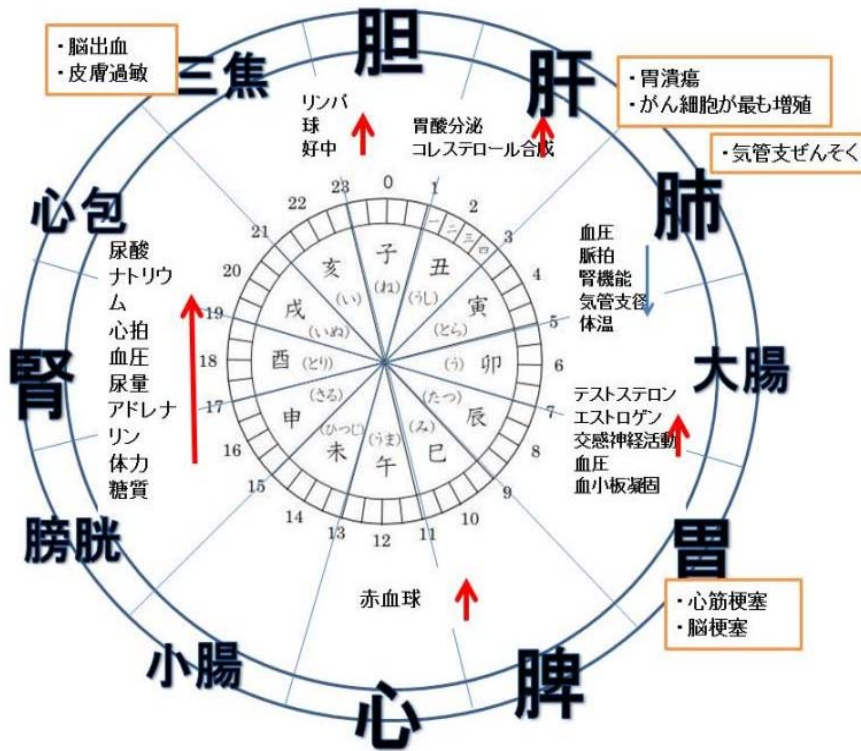
あなたの不安・悩み・欲望を 笑顔に変える場所

笑顔で過ごすためには
身体の不調も心のモヤモヤも
無理なく手放すこと!



私たちは、自然の原理原則を使って
お話しさせていただきます。

下記の図は、体内時計です。臓器の当番時間です。
例 胆石の人は、夜中の12時頃に痛みが出やすいです。
胃が弱っている人は、朝に胃が痛くなりやすいです。
お年寄りが眠くなるのが早いのは、若さを保つ腎臓が不調です。
これは全て体内時計が関係しています。
あなたは、眠くなったり・調子悪くなるのはいつですか？
下記の体内時計の時間帯をご確認ください。弱い臓器がわかります。



カフェポイントのご案内

- ランチ1食で1スタンプ捺印 いたします。
- 15ポイントで
お1人様ランチサービス
30ポイントで
ペアランチプレゼント
- 他の優待券、回数券をご使用の場合
の捺印はご遠慮願います。
- 紛失の際の再発行は出来ません。

氏名

住所

Tel

有効期限	年	月	日
1	2	3	4
6	7	8	9
11	12	13	14
16	17	18	19
21	22	23	24
26	27	28	29

ウエルネス日生

屋上
季節を感じる場

3F
脳トレ
健康マージャン
展示ギャラリー
会員様 無料休憩室

2F
ウエルネスサロン
施術ルーム
若返りルーム
フィットネスルーム
デトックスルーム

薬草風呂
囲碁将棋
趣味の会
心の部屋
旬を味わう場所

1F
カフェ・レストラン
お宝市場
カラオケ遊食館
貸し会議室
料理教室など

☆貸しスペースあります

歯の数と食べ物の関係・・・豆知識・・・

歯は命に繋がる臓器と言われています。
自分の歯で美味しく食べましょう。
食事も、この歯の数の考え方で提供します。



歯の種類	主な役目	歯の本数	適合する食物
臼歯 (きゆうし)	穀物をすり潰す	20本	穀物
門歯 (もんし)	繊維をちぎる	8本	野菜
犬歯 (けんし)	肉・骨を砕く	4本	肉・魚

このバランスで食べるのが一番!

5 : 2 : 1

穀物 野菜 肉・魚

さらに全部合わせても「8」にしか
なりません。つまり、健康には
「腹八分目」が良いのですね。