

# ひらやツアーズ♪ 熊本編

テーマは“リセット”

からだの中から要らないものを出すには、  
微生物の力を借りることが一番の近道である  
ことがわかりました。

日程：6月20日～24日 4泊5日  
宿泊先：米ヌカ酵素風呂 しんしん・ぬくぬく

“みんなで旅できたらいいね。”

ひらやで営業中の  
「路地裏じっけんしつ もぐもぐカフェ」  
の片隅で盛り上がった話からひらやツアーズ♪  
という試みがスタートすることになりました。

人が集まって  
語らっているうちに  
カタチになっていく

カフェから生まれるツアー

物事のはじまりは  
こんなもので良いのかもしれない。

カフェにご縁を頂いたツアー  
ということで、  
現地でもカフェ巡りは欠かさずに・・・。



# 体をリセット しませんか？



宿泊先：米ぬか酵素風呂

しんしん・ぬくぬく

熊本県阿蘇郡南阿蘇村大字立野  
461-265

0967-35-0787

担当：福原

体の中の要らないモノを出すことにより、  
体を変える！

そのようなことをお聞きになったことはありませんか？

私達は、米ぬか酵素風呂の熱源である微生物に携わり、  
体の中から要らないものを出すことは、実は、  
微生物のチカラを借りることが一番近道である  
ことがわかりました。

そして、本来の日本人のお腹に住む

【植物乳酸菌】と、細胞の一つ一つに必要なミネラルを  
摂ることで、細胞から老廃物を出す大切さに気がついたのです。

身体の仕組みで、大切なことは、

【消化、吸収、分解、排せつ】であり、  
小腸、肝臓、腎臓の機能を高めることです。

断食等辛い食事制限よりも、微生物のチカラを借りて、  
お腹の中をキレイにし、体に必要な部品である  
ミネラルを特別栽培した野菜から摂り、

そして、微生物のチカラで60度前後の米ぬか酵素風呂で、  
思いっきり汗をかいて、身体の外へ老廃物を出しましょう～♪

しんしん・ぬくぬくオーナー 福原洋子

# ツアー おすすめポイント



熊本空港からのアクセス：

空港ライナー(無料)にて

J R 豊肥本線肥後大津駅へ。

所要時間15分



J R 豊肥本線立野駅下車。

所要時間13分

## ☆食事療法の特色

- ・野菜は、【未発表の乳酸菌野菜】キーワードは微生物のチカラ
- ・雑穀玄米と熊本産無農薬と化学肥料無しの白米
- ・腸内環境を大幅に変える【植物乳酸菌がたっぷり入った】料理

## ☆健康セミナー

- ・微生物と私達の関係（消化、吸収、分解、排泄）を知ること、  
身体的神秘を知ることになります。  
大学の先生が【菌の魔術師】と命名する程、微生物の特色を  
くまなく知る原口社長が語ります。

## ☆オプション

- ・ダウジング：振り子を用いて、潜在意識が求めることを  
リーディングします。 超おススメです。
- ・整体：施術歴16年の小柄でキュートな女性の  
痛キモチいい～！整体です。  
終わったあとは、スッキリ元気になります。

# スペシャルイベント



お申込み・お問い合わせ先：

くらしのアトリエひらや

東京都杉並区高円寺北1-9-20

03-3387-4846

担当：古閑（こが）

## ☆スペシャルイベント

会期中の6月22日幣立神宮に参拝します。

九州のほぼ真ん中に位置する幣立神宮。

やさしくて爽やかな風が吹くところです。

元伊勢宮として、祖神を天之御中主とする

日の神をおまつりしています。

世界のすべての神は天之御中主から生まれたそうです。

## ☆今回のカフェ：

阿蘇ののどかな田園地帯に突然現れるカフェ。

「もちとこ」。

無農薬米のごはん、お味噌汁、8種類のおかず、

そしてプチデザートがセットになったランチが500円！

これが予想外に美味しいのです。

南向きの大きな窓から一望できる阿蘇五岳も魅力です。

\*6月21日のランチを予定しています。

その後、阿蘇神社周辺を散策しましょう。

# その他



## ☆その他コース：

- ・ 1泊2日 20,000円
- ・ 2泊3日 39,000円
- ・ 3泊4日 55,000円
- ・ 4泊5日 70,000円

・ 日帰り 5,500円などもお受けします。

## \*送迎につきまして

豊肥線立野駅、立野バス停までは事前のご予約により送迎を承ります。

空港からの送迎も可能な限り承ります（有料）。

## \*宿泊につきまして

一部屋2～3名の相部屋となります。

タオル・歯ブラシ・パジャマ等は各自お持ちください。

## \*お食事につきまして

白砂糖・添加物不使用のお野菜中心のお料理となります。

乳製品・動物性食品も使用致しませんが、

希望者には菌の魔術師の朝採れ卵料理もご用意可能です。

# ～4泊5日スケジュール～

旅行代金 7万円  
(食事代・諸経費込)

体をリセットする独自の食事療法  
(微生物のチカラ：発酵から作られる酵素を利用してデトックス)

米ヌカ酵素風呂 しんしん・ぬくぬく  
 宿泊先 電話：0967-35-0787 〒869-1401 熊本県阿蘇郡南阿蘇村立野461-265  
 大人 7名  
 担当者：福原 洋子(しんしん・ぬくぬく代表)

| 日                                                        | 年月日       | 曜日 | メニュー(時間は計画のため変更する場合がございます) |             |                                                                                   |                                                                                     |                   |             |       |       |
|----------------------------------------------------------|-----------|----|----------------------------|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------|-------|-------|
| 1                                                        | 2014/6/20 | 金  | 集合                         | 酵素風呂入浴      |  | オーナーによる<br>ミニセミナー(*1)                                                               | 夕食                | 問診(*2)      | 就寝    |       |
|                                                          |           |    | 時刻                         | 14:00       | 14:30-16:30                                                                       | 17:00                                                                               | 18:30             | 20:00       | 22:00 |       |
| (*1) ウエルカムドリンク (*2) 各自目標設定を行い、それに沿うお食事のプログラムを作らせていただきます。 |           |    |                            |             |                                                                                   |                                                                                     |                   |             |       |       |
| 2                                                        | 2014/6/21 | 土  | 朝食                         | 酵素風呂        | 昼食 カラーセラピー(*1)                                                                    | 酵素風呂                                                                                | 夕食<br>&健康セミナー(*2) | 就寝          |       |       |
|                                                          |           |    | 時刻                         | 8:00        | 9:00                                                                              | 12:00                                                                               | 17:00             | 18:30~20:00 | 22:00 |       |
| (*1) カラーセラピー：希望者のみ 別途料金 (*2) 菌の魔術師：原口清他                  |           |    |                            |             |                                                                                   |                                                                                     |                   |             |       |       |
| 3                                                        | 2014/6/22 | 日  | 朝食                         | 酵素風呂 整体(*1) | 昼食 幣立神宮(*2)                                                                       | 酵素風呂                                                                                | 夕食                | 就寝          |       |       |
|                                                          |           |    | 時刻                         | 8:00        | 9:00                                                                              | 12:00                                                                               | 13:00~            | 17:00       | 18:30 | 20:00 |
| (*1) 整体：希望者のみ 別途料金、(*2) 希望者のみ                            |           |    |                            |             |                                                                                   |                                                                                     |                   |             |       |       |
| 4                                                        | 2014/6/23 | 月  | 朝食                         | 酵素風呂 整体(*1) | 昼食(*2)                                                                            | 阿蘇神社周辺散策                                                                            | 酵素風呂              | 夕食          | 就寝    |       |
|                                                          |           |    | 時刻                         | 8:00        | 9:00                                                                              | 12:00                                                                               | 13:00~            | 17:00       | 18:30 | 22:00 |
| (*1) 整体：希望者のみ 別途料金、(*2) もちとこ                             |           |    |                            |             |                                                                                   |                                                                                     |                   |             |       |       |
| 5                                                        | 2014/6/24 | 火  | 朝食                         | 酵素風呂        | 写真撮影・解散                                                                           |  |                   |             |       |       |
|                                                          |           |    | 時刻                         | 8:00        | 9:00                                                                              | 12:00                                                                               |                   |             |       |       |

<食事> ミネラルたっぷり含んだ野菜食と植物乳酸菌入り

○朝食 無農薬野菜ムズー 昼食と夕食：穀物、野菜(未発表の乳酸菌野菜)と植物乳酸菌入り料理

<風呂> 体の芯まで温まる米ぬか酵素風呂(微生物の発酵の力で50度以上)

<講話等> 目からウロコの健康秘話、ダウジングによる現在の自分を知り、そして、日々の心の健康の秘訣を落とし込みましょう。

【オプション】○植物ミネラル(健康補助食品)5,000円から8,000円 ○カラーセラピー40分3,000円～ ○整体40分3,000円～ ○噛みあわせ診断40分5,000円

☆オプションは、事前予約を必ず行なって下さい。

☆申し込み・お問い合わせ：くらしのアトリエひらや 担当古閑

飛行機の手配 延泊 空港から現地への交通手段などは相談承ります (無料です)

備考