



辰年の1年

MOAの健康法



カソリック修道女(タイ)対象の
浄化療法士 資格講座



生活に美を取り入れ、
美を楽しむ生活を広げ
ることで、心身をより美
しく健やかなものに。
それが、美術文化法の
基本的な考えです。



浄化療法は、自然界に存在するエネルギーを
活用し、掌(てのひら)から人体に放射する
ことで、自然治癒力を高め、浄化作用を促進し、
あらゆる苦悩を解消する心身の健康法です。



いつでも、どこでも、誰とでも、
手軽に一服のお茶を点て、いた
だくことができる「盆点前」の
体験をしてみませんか?
初心者歓迎です。
盆点前講習は基本的には
第2土曜日です。
1月は第3土曜日です。



生命力に満ちた
食べ物を摂ること
で、自然治癒力を高め、
心身をより美しく健康な
ものに。
それがMOAの
提案する食事法の
基本的な考えです。



<12月の料理教室メニュー>



7分つきご飯
れんこんの袋煮
カレー風味サラダ
みそ汁

<12月のご案内>

☆絵画教室は 8日(土)、11日(火)、14日(金)、
19日(水)です。13:30~(土曜のみ 18:00~)
☆キッチンガーデンは 12日(水)です。
サニーレタスの苗を植えます。

