

「ゲルソン療法 ワークショップ 5泊6日」概要とカリキュラム (計7ページ)

| | |
|------------------|--|
| 受講料金 | 税込332,000円です。 |
| 推奨事項 | がん治療を目的として受講するかたは治療を手伝ってくれるご家族とご一緒の受講をおすすめします。 |
| ご家族料金 | お問い合わせください。 |
| 授業数 | 1 講義 1 時間、計 2 2 講義を 5 泊 6 日で修了するカリキュラムです。 |
| 受講形式 | 連続する 6 日間をご指定のうえ、受講していただきます。 |
| ゲルソン・プロトコル | 全講義の受講後、ゲルソン専門医へのWEBコンサルテーション依頼が可能です。(別料金) |
| 食事・アレルギー・高血糖について | ワークショップでは無農薬の野菜と果物と穀物を中心に使用します。小麦、乳製品、大豆、動物性食品は使用しません。食物アレルギー、高血糖のかた、食事上の特別なルールをお持ちのかたは予めお知らせください。 |
| 感染とコロナ対策 | ワークショップ期間中、「必要に応じてのマスク着用(ご用意有り)」をお願いする場合もございますのでその際はご協力ください。発熱が見られた場合、ワークショップは直ちに中断致します。この場合、ワークショップ中断によるご返金にはご対応できません。あらかじめ御了承ください。 |
| 処方薬がある場合 | 処方薬を服用されているかたは、ご持参の上いつも通りに服用してください。服用薬と食べ合わせ上問題のある食品がある場合は、事前にお知らせください。 |
| 香害の注意 | 化粧品、デオドラント、香水、衣類用洗剤などで香料が使われているものは使用しないでください。 |
| テキストのお渡し | 使用するテキストは、会場でお渡しします。 |
| 修了証書 | 希望者には修了証書を発行。別途2,000円。 |
| お支払い | 開催日程をご予約後、開催初日から起算して 14日前 までにお支払いいただきます。銀行振込、paypal、クレジットカード決済が可能です。 |
| キャンセルポリシー | お支払い後、開催初日から起算して 14日前 までのキャンセルは、お支払い金額の90%、 13日前～7日前 は60%、 6日前～前日 は50%、当日は0%(返金無し)をご返金します。 |
| 交通&ご宿泊 | ご予約時に交通&宿泊のご案内を致します。宿泊費は宿泊施設に直接お支払いください。宿泊施設をご予約後キャンセルされる場合は、各施設のキャンセルポリシーに従ってください。 |

1日目

| 時刻 | 時間 | 項目 | 授業テーマ | 内容 |
|-------------|-----|-----|----------------------|--|
| 11:00 | | | 1日目スタート | |
| 11:15-12:15 | 60分 | 講義1 | 「オリエンテーション&目的の明確化」 | 本ワークショップ全体の流れを説明します。受講者の本ワークショップに対する目的を明確化します。 |
| 12:15-13:00 | 45分 | 見学 | 休憩/エデュケーターによる昼食準備を見学 | |
| 13:00-13:45 | 45分 | 昼食 | ゲルソン食 | ジュース/サラダ/ヒポクラテススープ/加熱野菜/ジャガイモ料理/ハーブティー |
| 13:45-14:00 | 15分 | 休憩 | | |
| 14:00-15:00 | 60分 | 講義2 | 「ゲルソン療法概論」 | ゲルソン療法とは何なのか、ゲルソン療法を行うことによって私たちの身体で何が始まるのか、ゲルソン療法に必要な注意は何か、全体のイメージをつかみます。 |
| 15:00-15:15 | 15分 | 休憩 | | |
| 15:15-16:15 | 60分 | 講義3 | 「食事を治療食に変えるテクニック」 | この療法で食べるゲルソン食のすべて、食材の取舍選択ルール、食材の取り扱いかた、治療効果を損なわない調理方法、メニューの組み立てかた、などを学びます。 |
| 16:15-17:00 | 45分 | 見学 | 休憩/エデュケーターによる夕食準備を見学 | |
| 17:00-17:45 | 45分 | 夕食 | ゲルソン食 | ジュース無し/サラダ/ヒポクラテススープ/加熱野菜/ジャガイモ料理/ハーブティー |
| 18:00 | | | 1日目クローズ | |

2日目

| 時刻 | 時間 | 項目 | 授業テーマ | 内容 |
|-------------|-----|------------|-------------------------|--|
| 9:00-9:45 | 45分 | 朝食 | ゲルソン食 | ジュース／オートミール粥／ドライフルーツ／リンゴソース／ハーブティー |
| 9:45-10:00 | 15分 | 休憩 | | |
| 10:00-11:00 | 60分 | 講義4 | 「ゲルソン療法の朝食」 | ゲルソン療法の毎日の朝食に必要なレシピを学びます。（動画19分） |
| 11:00-11:15 | 15分 | | | |
| 11:15-12:15 | 60分 | 講義5 | 「ヒポクラテス・スープ」 | 毎日食べるスープのレシピを学びます。（動画21分） |
| 12:15-13:00 | 45分 | 見学 | 休憩／エデュケーターによる昼食準備を見学 | |
| 13:00-13:45 | 45分 | 昼食 | ゲルソン食 | ジュース／サラダ／ヒポクラテススープ／加熱野菜／ジャガイモ料理／ハーブティー |
| 13:45-14:00 | 15分 | 休憩 | | |
| 14:00-15:00 | 60分 | 講義6 | 「サラダとドレッシングの作り方」 | サラダのバリエーションとゲルソン療法中でも安心して使える自家製ドレッシングのレシピを学びます。（動画22分） |
| 15:00-15:15 | 15分 | 休憩 | | |
| 15:15-16:15 | 60分 | 講義7 | 「加熱野菜料理の作り方」 | 注意が必要な加熱調理方法についてレシピを通して学びます。（動画27分） |
| 16:15-17:00 | 45分 | 見学 | 休憩／エデュケーターによる夕食準備を見学 | |
| 17:00-17:45 | 45分 | 夕食 | ゲルソン食 | ジュース無し／サラダ／ヒポクラテススープ／加熱野菜／ジャガイモ料理／ハーブティー |
| 18:00 | | | 2日目クローズ | |

3日目

| 時刻 | 時間 | 項目 | 授業テーマ | 内容 |
|-------------|-----|-------|----------------------|--|
| 9:00-9:45 | 45分 | 朝食 | ゲルソン食 | ジュース／オートミール粥／ドライフルーツ／リンゴソース／ハーブティー |
| 9:45-10:00 | 15分 | 休憩 | | |
| 10:00-11:00 | 60分 | 講義 8 | 「食材の準備と食材の安全な洗浄方法」 | 寄生虫・菌・土などの汚染を安全に除去し、毎日の食材の準備を効率良く行う方法を学びます。（動画 2 3分） |
| 11:00-11:15 | 15分 | | | |
| 11:15-12:15 | 60分 | 講義 9 | 「自家製ライ麦パン作り」 | ライ麦パンの作り方を学びます。 |
| 12:15-13:00 | 45分 | 見学 | 休憩／エデュケーターによる昼食準備を見学 | |
| 13:00-13:45 | 45分 | 昼食 | ゲルソン食 | ジュース／サラダ／ヒポクラテススープ／加熱野菜／ジャガイモ料理／ハーブティー |
| 13:45-14:00 | 15分 | 休憩 | | |
| 14:00-15:00 | 60分 | 講義 10 | 「ゲルソン療法のジュース」 | ゲルソン療法で使うジュースの種類と役割について学びます。 |
| 15:00-15:15 | 15分 | 休憩 | | |
| 15:15-16:15 | 60分 | 講義 11 | 「ジュース&ジューサー」 | 適切なジューサーの解説、ジュースを作る準備、実際に搾る方法を学びます。（動画 3 8分） |
| 16:15-17:00 | 45分 | 見学 | 休憩／エデュケーターによる夕食準備を見学 | |
| 17:00-17:45 | 45分 | 夕食 | ゲルソン食 | ジュース無し／サラダ／ヒポクラテススープ／加熱野菜／ジャガイモ料理／ハーブティー |
| 18:00 | | | 3日目クローズ | |

4日目

| 時刻 | 時間 | 項目 | 授業テーマ | 内容 |
|-------------|-----|---------------|--------------------------------|--|
| 9:00-9:45 | 45分 | 朝食 | ゲルソン食 | ジュース／オートミール粥／ドライフルーツ／リンゴソース／ハーブティー |
| 9:45-10:00 | 15分 | 休憩 | | |
| 10:00-11:00 | 60分 | 講義 1 2 | 「コーヒーエネマのサイエンス&レシピ」 | コーヒー浣腸のメカニズムを科学的に実証されている知識とともに学びます。3種類の浣腸レシピを学びます。 |
| 11:00-11:15 | 15分 | | | |
| 11:15-12:15 | 60分 | 講義 1 3 | 「コーヒーエネマのテクニック」 | コーヒー浣腸の道具の取り扱い方法、浣腸をするときの適切な姿勢を学びます。 |
| 12:15-13:00 | 45分 | 見学 | 休憩／エデュケーターによる昼食準備を見学 | |
| 13:00-13:45 | 45分 | 昼食 | ゲルソン食 | ジュース／サラダ／ヒポクラテススープ／加熱野菜／ジャガイモ料理／ハーブティー |
| 13:45-14:00 | 15分 | 休憩 | | |
| 14:00-15:00 | 60分 | 講義 1 4 | 「ゲルソン療法の基本サプリメント」 | ゲルソン療法で使う基本的なサプリメント類を学びます。 |
| 15:00-15:15 | 15分 | 休憩 | | |
| 15:15-16:15 | 60分 | 講義 1 5 | 「ゲルソン療法の補完療法」 | ゲルソン療法と併用することが多い補完療法について学びます。 |
| 16:15-17:00 | 45分 | 見学 | 休憩／エデュケーターによる夕食準備を見学 | |
| 17:00-17:45 | 45分 | 夕食 | ゲルソン食 | ジュース／サラダ／ヒポクラテススープ／加熱野菜／ジャガイモ料理／ハーブティー |
| 18:00 | | | 4日目クローズ | |

5日目

| 時刻 | 時間 | 項目 | 授業テーマ | 内容 |
|-------------|-----|-------------|---------------------------|--|
| 9:00-9:45 | 45分 | 朝食 | ゲルソン食 | ジュース／オートミール粥／ドライフルーツ／リンゴソース／ハーブティー |
| 9:45-10:00 | 15分 | 休憩 | | |
| 10:00-11:00 | 60分 | 講義16 | 「ゲルソン療法の治癒反応」 | ゲルソン療法中に発生するさまざまな体の反応と対処方法について学びます。 |
| 11:00-11:15 | 15分 | | | |
| 11:15-12:15 | 60分 | 講義17 | 「ひまし油とクレイ湿布」 | ゲルソン療法中に役に立つ湿布を2種類、その使い分けとともに学びます。 |
| 12:15-13:00 | 45分 | 見学 | 休憩／エデュケーターによる昼食準備を見学 | |
| 13:00-13:45 | 45分 | 昼食 | ゲルソン食 | ジュース／サラダ／ヒポクラテススープ／加熱野菜／ジャガイモ料理／ハーブティー |
| 13:45-14:00 | 15分 | 休憩 | | |
| 14:00-15:00 | 60分 | 講義18 | 「ゲルソン療法のホームセットアップ」 | 自宅を治療にふさわしい安全で快適な環境にしてゆくための知識を学びます。 |
| 15:00-15:15 | 15分 | 休憩 | | |
| 15:15-16:15 | 60分 | 講義19 | 「歯科治療のガイドライン」 | 歯科治療と体の病気の関係について学びます。 |
| 16:15-17:00 | 45分 | 見学 | 休憩／エデュケーターによる夕食準備を見学 | |
| 17:00-17:45 | 45分 | 夕食 | ゲルソン食 | ジュース／サラダ／ヒポクラテススープ／加熱野菜／ジャガイモ料理／ハーブティー |
| 18:00 | | | 5日目クローズ | |

6日目

| 時刻 | 時間 | 項目 | 授業テーマ | 内容 |
|-------------|-----|---------------|------------------------------|--|
| 9:00-9:45 | 45分 | 朝食 | ゲルソン食 | ジュース／オートミール粥／ドライフルーツ／リンゴソース／ハーブティー |
| 9:45-10:00 | 15分 | 休憩 | | |
| 10:00-11:00 | 60分 | 講義 2 0 | 「定期的な血液検査と尿検査」 | ゲルソン療法を開始する前と、開始後に定期的に行う血液と尿検査の項目について学びます。 |
| 11:00-11:15 | 15分 | | | |
| 11:15-12:15 | 60分 | 講義 2 1 | 「ゲルソン・プロトコル」 | 「ゲルソン・プロトコル」について学びます。 |
| 12:15-13:00 | 45分 | 見学 | 休憩／エデュケーターによる昼食準備を見学 | |
| 13:00-13:45 | 45分 | 昼食 | ゲルソン食 | ジュース／サラダ／ヒポクラテススープ／加熱野菜／ジャガイモ料理／ハーブティー |
| 13:45-14:00 | 15分 | 休憩 | | |
| 14:00-15:00 | 60分 | 講義 2 2 | 「ゲルソン療法の実践環境を準備するために」 | ゲルソン療法をスタートするために必要なものの購入方法、サポート体制、クリニック施設について学びます。 |
| 15:00 | | | 6日目クローズ | |