

## 「ゲルソン療法【基礎Ⅰ】東京・新宿クラス 2日間」概要とカリキュラム (計3ページ)

受講料金	通常、税込213,000円のところ、現在お一人様からグループ割引適用料金で、税込176,000円。
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。
サポーター料金	ご家族1名につき通常、税込84,000円のところ、現在グループ割引適用料金で税込65,000円です。
授業数	1 講義 1 時間、計 8 講義を 2 日で修了するカリキュラムです。
受講形式	連続する 2 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	基礎Ⅰ～Ⅲの全講義 1～2 2 の受講後、ゲルソン専門医へのコンサルテーション依頼、ゲルソン・プロトコル作成依頼が可能です。(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やフェイスシールドの着用(ご用意有り)」や「別テーブルでのお食事」をお願いする場合もございますのでその際にご協力ください。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 <b>14日前</b> 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 <b>14日前</b> までのキャンセルは、お支払い金額の90%、 <b>13日前～7日前</b> は60%、 <b>6日前～前日</b> は50%、当日は0%(返金無し)をご返金します。
会場&アクセス	ご予約時に会場&アクセスのご案内を致します。

# 1 日目

## 基礎 I - 1

時刻	時間	項目	授業テーマ	内容
9:45			集合	
10:00-11:00	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。
11:00-11:15	15分	休憩		
11:15-12:15	60分	講義 2	「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、食材の取捨選択ルール、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。
12:15-13:00	45分	休憩	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 3	「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)
15:00-15:15	15分	休憩		
15:15-16:15	60分	講義 4	「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)
16:15-17:00	45分	休憩	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 基礎 I - 2

時刻	時間	項目	授業テーマ	内容
10:00-11:00	60分	講義5	「自家製ライ麦パン作り」	ライ麦パンの作り方を学びます。
11:00-11:15	15分	休憩		
11:15-12:15	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)
12:15-13:00	45分		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)
15:00-15:15	15分	休憩		
15:15-16:15	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23分)
16:30			2日目クローズ	