

がんに向き合って49年  
帯津三敬病院名誉院長

自然治癒力を高め、病を克服し、明るく希望を  
持って生きるための実践トレーニング講座

# 帯津良一先生

がん患者  
の為の

# 「養生塾」

～体の養生 心の養生 食の養生～

生きるかなしみとしっかりと向き合いながら、時に生命の躍動を感じつつ日々命のエネルギーを高めていく。そんな人を一人でも多く輩出していこうとするのが養生塾です。養生塾もこの山紫水明の地、水輪にすっかり定着した感じます。皆様のお出でをお待ちしております。帯津良一



2012年

第1回 3月23日(金)～27日(火)

第2回 5月18日(金)～22日(火)

第3回 8月24日(金)～28日(火)

第4回 11月2日(金)～6日(火)

第5回 2013年

3月29日(金)～4月2日(火)

## 自然治癒力を高める講座メニュー（Aコース）

### ① 車座交流会Q&A 何でも質問OK

帯津先生にたっぷり質問できます。薬・手術・健康食品・サプリメント・病との付き合い方・心の持ち方・生きがい・ホメオパシー治療・死生観・悩み相談など、日頃気になっていることやなかなか主治医に聞けないようなことでもOKです。

### ② 帯津先生講演（各回テーマ）

2011年度 第5回「虚空について」

2012年度 第1回「ホメオパシー」 第2回「養生食」

第3回「生と死の統合」 第4回「白隠禅師と呼吸法」

### ③ 帯津三敬病院の早期優先予約もできます

帯津三敬病院へ診察予約の場合、数ヶ月予約待ちですが、長野養生塾にご参加の方は優先的に病院予約の枠を帯津先生に直接お取り頂けます。

### ④ 帯津先生によるホメオパシーのDr. カウンセリングも可能

帯津先生よりホメオパシーをその日に処方。（別途料金・希望者のみ）

### ⑤ 帯津先生気功講座

誰でもできる新呼吸法・気功「時空」 帯津先生直接指導

### ⑥ 癒しと気づきの養生セッション

・帯津先生の病院、講演ビデオ上映 ・健康養生食のお話 ・酵素玄米

## <選べる3つの養生塾参加コース>

毎日温泉送迎有

### A/2泊3日ショートコース

帯津先生とたっぷり過ごせます。自然治癒力を上げる養生食もご用意。

### B/3泊4日ベーシックコース

2泊3日のAコースに加え、さらに一泊のんびり大自然にひたり、おいしいお食事を楽しまします。3泊以上の方が参加できる安心できる心の持ち方講座も人気です。気功・時空も毎日あります。

### C/4泊5日養生リフレッシュコース

2泊3日のAコースに加え、免疫力を上げ心身共に癒される足裏リフレクソロジーか玄武岩ホットストーンセラピーをセット。毎食人参ジュース付。4泊5日間、無農薬野菜の食事と気功で自然治癒力を上げ、全身リフレッシュ。



白樺林で帯津先生気功



楽しい特別講演会



緑に囲まれた清潔な客室

## こんな方にお勧めします

- がんで悩んでいる方や、ケアを学びたい家族
- 免疫力、自然治癒力を高めたい方
- 適切な治療法、健康食品などを選びたい方
- 健康な方で帯津先生の講座を受けたい方
- がん以外の病で相談したい方
- 病を克服し、前向きな生活を送りたい方
- 医療従事者、看護師、セラピスト

## 帯津良一先生プロフィール

医学博士。帯津三敬病院名誉院長。日本ホリスティック医学協会会長。日本ホメオパシー医学会理事長、公益財団法人いのちの森文化財団理事、水輪の会特別顧問。東京大学医学部卒業。東京大学医学部第三外科、都立駒込病院勤務を経て1982年埼玉県川越市に帯津三敬病院を設立、院長となる。

医療の東西融合という新機軸を基に、ガン患者などの治療に当たっている。また、代替療法への造詣が深く、治療に積極的に取り入れるほか、講演や大学での講義なども行っている。著書『心と体を強くする養生365日』（三笠書房）『健康問答』（平凡社/五木寛之共著）他。

## ファシリテーター 塩沢みどり

公益財団法人いのちの森文化財団代表理事。出生時に重度の脳損傷を受けた娘・早穂理との生活の中で、様々な葛藤を体験。人々の意識の進化と成長のための水輪を開設。いのち輝く医学、哲学、衣食住、芸術などの講座を開催。帯津先生と養生塾を推進。水輪の会代表理事、日本ホリスティック医学協会専門会員、心理カウンセラー、日本トランスパーソナル心理学/精神医学会。伝統医療連合会会員。盛和塾長野代表世話人。監修書「早穂理。ひとしづくの愛」原書房・「現代人の伝記2」致知出版他。



緑に囲まれた会場



ご希望の方は個人セラピー



水輪名物にんじんジュース



畑の無農薬野菜のお食事

体調、気候、不安なこと何でもご相談下さい

- ・漢方を煎じる場合、鍋や茶こしを会場にご用意
- ・いつでもお召上がり頂ける様、やわらかい酵素玄米を常時、食堂にご用意
- ・スケジュールは体調に合わせて自由参加でOK

主催・申込み・問い合わせ 公益財団法人いのちの森文化財団

〒380-0888 長野県長野市飯綱高原2471-2198 TEL 026-239-0010 FAX 026-239-0011

e-mail zaidan@inochinomori.or.jp URL http://inochinomori.or.jp

会場・宿泊 信州飯綱高原 心と体といのちのセンター「水輪」

TEL 026-239-2630 FAX 026-239-2736 e-mail suirin@suirin.com URL http://www.suirin.com

**スケジュール** 全てのセッションは自由参加。体調に合わせてご参加下さい。スケジュールは変更する場合があります。

**【1日目】** \*昼食をすませてお越しください。

12:00～ 受付  
 13:00～ オリエンテーション・自己紹介 15:00～入浴温泉  
 18:00～ 特製健康養生食(夕食)  
 19:00～ ①帯津先生講座 講演  
 20:00～ ②ビデオ上映「がんになっても安心テレビ」  
 21:30 終了

**【2日目】** (2日目から参加者は受付 14:30～)

8:45～ ③帯津先生気功「時空」実技指導  
 10:00～ 特製健康養生食(朝食)  
 食と心の話：塩沢研一(調理師)  
 11:00～ ④車座交流会Q&A：帯津先生・塩沢みどり  
 16:30～ 入浴・温泉 18:00～ 特製健康養生食(夕食)  
 19:30～ ⑤ビデオ上映(帯津先生講演「ホメオパシーが拓く医療の未来」/ 塩沢講演「大自然の持つ癒しのエネルギー」)

**【3日目】**

8:45～ ⑥帯津先生気功「時空」実技指導  
 10:00～ 特製健康養生食(朝食)  
 11:30～ ⑦車座交流会Q&A：帯津先生・塩沢みどり  
 14:00～ ティータイムおやつ無料(\*初日から2泊参加の方は14:00解散、14:10乗り合いタクシー出発)  
 14:30～ 入浴温泉 17:00～ ⑧酵素玄米説明会：塩沢研一  
 18:00～ 特製健康養生食(夕食)  
 19:30～ ⑨安心できる心の持ち方：塩沢研一

**【4日目】**

8:00～ ⑩帯津先生気功「時空」DVD上映実習  
 9:00～ ⑪体感講座(ヒーリングミュージック)  
 10:00～ 特製健康養生食(朝食)  
 12:00 3泊の方、解散。12:00乗り合いタクシー出発

\*車座交流会では椅子もご用意出来ます。

\*5日目のスケジュールはセミナー当日お知らせします。

**自然治癒力を高める最高の自然環境**

**完全無農薬の採れたて野菜のお食事**

お野菜は採れたて自家製完全無農薬野菜を使用。厳選された無添加食材・調味料などを使用し、化学調味料は一切使いません。健康に配慮した油控えめ、お野菜中心のお食事は、帯津先生のご著書でもよく推薦して頂いています。

**総天然木の建物と清潔な館内と寝具**

杉と檜の総天然木作りの建物は、大自然の気を人工的な建材によって遮断されることなく十分に味わうことができます。和紙のやわらかい光の照明、チリひとつない清潔な寝具、最高の住環境でぐっすり眠れます。免疫力が低下した手術後の長期療養の方にも最適。

**大自然の息吹が免疫力を高めます**

澄んだ空気の森林に囲まれた中で過ごし、自然農園散策など大自然の息吹を実感。マイナスイオン、フィトンチッド、大地のぬくもり、最高の自然環境です。美味しい食事と自然の気が心身をリフレッシュしてくれます。

**参加要項** (定員各回30名)

- 会場 信州飯綱高原 心と体いのちのセンター「水輪」
- と き 表面を参照下さい。(各回単独の講座です)
- 参加費 各回 (A)2泊3日 45,000円 / (B)3泊4日 57,000円  
(C)4泊5日 70,000円(セラピー60分6千円相当&毎食人参ジュース付(講師費、会場費、宿泊と食事とおやつ等の委託費含む))
- 申込み 下記の「申し込み書」でFAX・郵送・E-mailにて「公益財団法人 いのちの森文化財団」までお申込後、一週間以内に参加費をお振込ください。  
定員になり次第締め切りとさせていただきます。前泊・延泊は可能です。  
\*希望者には当日長野駅から会場へ直行の乗合タクシーを手配します。
- 振込先 参加費振込確認後、順次正式受け付けとなります。乗合タクシー希望の方は4人以上1人当たり①片道1,100円・往復2,200円を合わせてお振り込み下さい。(申込受付後詳細資料送付)  
振込先：公益財団法人 いのちの森文化財団  
◎みずほ銀行 長野支店(普)1991794  
◎ゆうちょ銀行(口座番号)00520-3-42181  
\*キャンセルの場合、参加費の返金は致しませんので御了承ください。(代理参加はお申込みの回のみ可)  
\*洗面用品・タオル・パジャマは各自で御用意下さい。\*会場は全館禁煙です。\*詳細は問合わせ下さい。  
\*部屋は男女別の相部屋。個室希望も承ります。(個室料別途、希望に添えない場合もございます。)  
\*会場をカーナビで検索する場合は水織音(みおりね) (026-239-3908)で検索して下さい。

**日本で一番信頼されている医者 帯津先生推薦の養生塾とレシピの本**



帯津良一著  
1,365円税込  
三笠書房

左「心と体を強くする養生365日」は養生塾11年間の記録をまとめた帯津先生の著書。右「いのちにやさしい野菜のレシピ」は養生塾の免疫力を高めるレシピが満載。共に帯津先生ご推薦の著書。本に関する質問も受付。



塩沢研一著  
帯津良一監修  
1,680円税込  
PHP研究所

本の注文方法 ①アマゾンで注文※送料無料 ②養生塾に注文※送料別途150円(本の注文冊数、お名前、ご住所、電話番号をファックス、メール、電話にてご連絡下さい。)



ファミリーター塩沢みどり監修の本「早稲穂、ひばりの愛」1,500円 中川奈美著 原書房  
脳障害をもつ娘を持った母が、様々な出来事の中で見つけた事。自己に逃げずに見続けて得た、輝いた自分。依存もなく、常に安らんでいる自分。日々の日常の中に、自分を成長させる大きな学びと、気づきがある。

2012年いのちの大学の講座「がん患者のための養生塾」申し込み書 \*後日詳しい資料をお送りします。TEL 026-239-0010 FAX 026-239-0011

|     |     |   |    |      |        |   |   |
|-----|-----|---|----|------|--------|---|---|
| 氏名  | 男   | 女 | 年齢 | ご職業  | 申込日    | 月 | 日 |
| 住所〒 |     |   |    |      | e-mail |   |   |
| TEL | FAX |   |    | 携帯電話 |        |   |   |

お申込の日程に月日を、該当項目に○をご記入ください。(A乗合タクシーに乗車する 「行き」/「帰り」)

■第 回 月 日～ 日 (A)2泊 / (B)3泊 / (C)4泊 (前泊する・延泊する)

参加費+A - 振込日 月 日 (振込済み 振込予定)

◎お申し込みのきっかけ ちらし 紹介：紹介者( ) インターネット 新聞・雑誌( )