〈全６回シリーズ　内容一覧〉　（２０２１年６月～）

第１回　「スリム＆無病息災」のための究極の健康法　（１０５分）

はじめに――「ナチュラル・ハイジーン」の基礎知識 売り切れました

【基本原則①】健康であることはノーマルな状態のことである。

◎「ナチュハイ式」食事プログラム①

◎「ナチュハイ・ライフ」を楽しく続けていくために①

第２回　健康とは何か、病気とは何か　（１２５分

【基本原則②】「健康と病気」は一つの連続した状態である。

◎ 病気の7段階

◎「ナチュハイ式」食事プログラム②

――プラントベースでホールフード

◎「ナチュハイ・ライフ」を楽しく続けていくために②

――高微量栄養と低主要栄養

第３回　健康の７大要素とは　（１１０分　(売り切れました

【基本原則③】健康とは健康的な生活の結果である。

◎「ナチュハイ式」食事プログラム③――避けたい食品

◎「キャンベル博士からのメッセージ」関連、最新健康情報

第４回　「治す力」は自らの体の中にある　（１００分）(売り切れました)

【基本原則④】ヒーリング(治癒)は生物学的なプロセスである。

【基本原則⑤】病気の原因は取り除かなければならない。

◎「ナチュハイ式」食事プログラム④

――ローフードのとり方

第５回　体も心も一つにつながっている　（９５分）(売り切れました

【基本原則⑥】体は一つのユニットとして機能している。

【基本原則⑦】感情的要素は健康に影響を及ぼす。

◎「ナチュハイ式」食事プログラム⑤

――サンプルメニュー

第６回　私たちの健康と幸福と地球のために　（１２３分)(売り切れました

◎「ナチュハイ式」食事プログラム⑥

――ヴィーガン食で注意すること

◎ ファスティングの効果

◎ 総まとめ

――「ナチュラル・ハイジーン」が供する地球環境への貢献

「私家版ＤＶＤ　全６巻シリーズ」　価格表

（会員向けの価格は、すべて消費税・送料込みのものです）

	会員単価	会員セット特価	会員特典（※）	一般
頒価(本体＋税)	~~会員・一般ともに①、②巻セットで6,000円（税込み）でご提供いたします。~~			
第１巻 売り切れました	4000円	①、②巻セットで6,000円		4500円＋税
第２巻	4000円	~~①、②巻セットで6,000円~~		~~4500円+税~~
第３巻 売り切れました	3000円	③④セットで5000円	※①②巻購入済みの方 ③④セットで4000円	3500円＋税
第４巻 売り切れました	3000円	③④セットで5000円	※①②巻購入済みの方 ③④セットで4000円	3500円＋税
第５巻 売り切れました	2500円	⑤⑥セットで4000円	※①～④巻購入済みの方 ⑤⑥セットで3000円	3000円＋税
第６巻 売り切れました	2500円	⑤⑥セットで4000円	※①～④巻購入済みの方 ⑤⑥セットで3000円	3000円＋税