

未来食つぶつぶで

本気の砂糖断ち 応援プラン

未来食セミナーScene1&2
おまとめ申込みで1万円割引♪

簡単、おいしい、体にいい！NOシュガー・NOエッグ・NOミルク、
雑穀が主役のミラクルスイーツで、大いばりのスイーツライフを実現しましょう！

女性が大好きな甘い物！我慢するのではなく、
楽しく美味しく甘い物を食べながら健康への不安や悩みを解消！
イライラの原因もスッキリ解消します。

自分を好きな、自分になる。

砂糖断ちでわたし革命。

**もう、自分の食欲に負けて、
食べてしまう自分から卒業！**



カスタードクリームも、ドーナッツも、
アイスクリームだって…

キャラメルも、ゼリーも、スコーンも、アップルパイに
パンナコッタまで…

すべて

シュガーフリー、ミルクフリー、
エッグフリー、100%植物性。

未来食流は素材本来の甘みを引き出すシンプルスイーツ。



でも、同時に

**「甘さ」「満足感」「幸せ感」も
我慢しません！**

罪悪感が消え、自己嫌悪から解放される

カラダにいい甘いもの

**で、自分が好きな自分になれる、
魔法のスイーツレシピが
あなたの砂糖断ちを応援します。**

カラダも心も喜ぶ 未来食スイーツ 「雑穀」と天然甘味料がポイントです。



おいしい！
楽しい！
カラダによい！



＼未来食で本気で砂糖断ち／



未来食つぶつぶで砂糖断ち応援プラン あなたが砂糖をやめるまでのステップ

ステップ1

「未来食セミナーScene1」で知識をリセット！ &
砂糖がやめられないメカニズムとその解決法を学び、
体の土台作りからスタート！

ステップ2

「未来食セミナーScene2」でお砂糖を使わない
ミラクルスイーツ30品あまりを徹底マスター！

ステップ3

おうちのキッチンで日々実践！約3ヶ月間
カラダに良い甘いものをおいしく食べているだけで、
楽々砂糖が欲しくなくなっている自分を発見♪

砂糖断ち応援プランは こんな方を応援します

- **本気で砂糖をやめたい方**（白砂糖のほか、代替甘味料も含む）
- 砂糖なしのスイーツを作りたい方（上記同様）
- 食生活を変えたい！これまでいろいろなことを実践してきたけれど、砂糖やパンがやめられない方
- 砂糖なしの料理を作りたい方
- 日常生活で砂糖入りのお菓子やスイーツを食べてしまう罪悪感から脱出したい方
- 甘いものは食べていい。体が喜ぶほんとうの「甘さ」を知りたい方。
- こどもと一緒に大威張りでスイーツを楽しみたい方

砂糖断ち応援プランで叶うこと

砂糖中毒脱出！

食と体と心のメカニズムと楽々解決法を同時に手に入れ、自然と砂糖が欲しく無くなる自分を発見！

同時に、カラダにいい甘いもののレシピを手に入れて大威張りで食べられるスイーツで至福！

自分を好きな自分になりましょう。

※注意※ 3ヶ月で100%の砂糖断ち達成を目的とするものではありません。

未来食セミナー

伝え続けて24年、いのちを守る
新しい食システムを提案

Scene3

人生が変わる

Scene2

自然と砂糖が
やめられる
味覚になる

Scene1

健康な体の
土台を作る

食理論と
レシピを同時に
体得



未来食セミナーScene1でお伝えすること

- ♪ 体を温める食べものと料理法 / 雑穀の生命力
- ♪ 血液をアルカリ性に保つ食べものと食べ方
- ♪ 体と心を浄化する料理術の基本
- ♪ 味覚を調律する / 体への信頼を取り戻す
- ♪ 女性が甘いものを止められない理由と楽々解決法
- ♪ 男性が肉を止められない理由と楽々解決法
- ♪ いのちのしくみと心のしくみを体感するランチ&ディナー
- ♪ おいしいと健康が共存する速効料理術
- ♪ 30品のレシピ(自宅で実践できるクッキング動画DVD付き)

※分かりやすく工夫したオリジナル映像で、料理術を学びます。
料理の実習はありません。

未来食セミナーScene2でお伝えすること

♪ 砂糖を使わない理由

- ♪ 水といのち・水の巡りはいのちの巡り
- ♪ 塩といのち・いのちの働きを調和させるミネラル
- ♪ 甘いものと体と心の関係、体に良い甘さ
- ♪ 罪悪感を手放す
- ♪ 内臓脂肪、肥満の原因
- ♪ 低血糖、冷えの原因
- ♪ 飲み物術・体を温める飲み物
- ♪ 30点を超える砂糖を使わないナチュラルミラクルスイーツ術と料理術etc

(デモンストレーション&実習&試食あり40品以上！)

<未来食セミナーScene1> 1日 講義+試食

おいしく食べてサバイバル術

[時間] 10:00~19:30

[会場] 青森・岩手・宮城・埼玉・東京・神奈川・長野・山梨・滋賀・京都

[講師] 未来食セミナー公認講師つぶつぶマザー

[参加資格] どなたでも受講できます

[参加費] 60,000円(税別)

★レシピ総数30品・ランチ1回・ディナー1回・フルカラー講義テキスト・フルカラーレシピテキスト・クッキング動画DVDつき

<未来食セミナーScene2> 1.5日 講義+ライブクッキング+試食

甘いものへの罪悪感がなくなる！つぶつぶミラクルスイーツ術

[時間] 1日目…13:00~21:00 2日目…9:00~18:30

[講師] 未来食セミナー公認講師つぶつぶマザー

[会場] 青森・岩手・宮城・埼玉・東京・神奈川・山梨・滋賀

[参加資格] 未来食セミナーScene1受講済のつぶつぶの会員(要入会)

[参加費] 99,900円(税別)

★ライブクッキング40品・甘酒10種試食・スイーツ試食・ランチ1回・ディナー1回・フルカラー講義テキスト・フルカラーレシピテキスト・クッキング動画DVDつき

受講費に含まれる参加特典の詳細

・未来食セミナーScene1(1日)に含まれるもの1~7

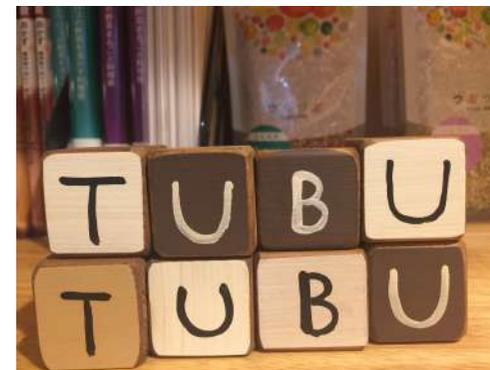
- ①1日の講義 ②講義テキスト ③30品のクッキングレシピテキスト
- ④試食ランチ1回 ⑤試食ディナー1回 ⑥クッキング動画レッスンと、動画DVDプレゼント

・未来食セミナーScene2(2日間)に含まれるもの1~9

- ①講義 ②講義テキスト ③目の前でライブクッキング40品以上のデモンストレーション ④試食ランチ1回
- ⑤ディナー1回 ⑥計3回のスイーツ試食つき ⑦40品のクッキングレシピテキスト ⑧クッキング動画レッスンと、動画DVDプレゼント ⑨雑穀甘酒10種類の試食

どちらにも含まれる特典

- ・実践応援キャンペーン「食材&雑貨5%OFF」
- ・実践サポートメール
- ・再受講制度、配偶者割引



砂糖中毒から脱出！未来食で砂糖断ち応援プラン

未来食セミナー Scene1 と Scene2 をまとめて申し込んでお得！

罪悪感ゼロ。
おいばりで
甘いものを楽しめる
つぶつぶミラクル
スイーツを学ぶ

砂糖断ち応援キャンペーンを利用すると、

通常合計 159,900円^{*税別} のところ →

まとめて申し込むと **149,900円^{*税別} !!**

10,000円 お得!!



Scene2では
約30種類もの
つぶつぶスイーツ
をマスター！

※2020年10月より価格改定のため今が一番お得です。

*** セミナー受講費用を日数3日間で割ると、**

1日たったの49,966円*税別。

毎日の甘いお菓子やケーキ500円を365日続けたら182500円。同時に、
歯医者に通い続けたり、肌荒れや生理痛、体調不調でクリニックに通っ
たり、薬を買ったり、サプリメントを買ったり、健康食品を買ったり、、、意
外とおおきな支出になっていませんか？

たったの3日間で、一生悩まされるかもしれない、

砂糖中毒から楽々脱出しましょう！

*** 2020年10月以降、一部セミナー価格改定のため今がお得！**

キャンペーンお申し込み方法

公式サイトから日程をご確認いただき、

未来食セミナーScene1とScene2を同時にお申し込みください。

自動的に1万円割引が適用されます。

* つぶつぶ会員システムへの登録が必要です(すでに会員の方は不要)*

年会費: 1万円

会員特典: お買い物クーポン(1000円×12ヶ月分)付き

会員限定イベント・セミナーへの参加

会報誌・日本人のためのビーガン情報誌の送付など

<確認事項>

お子様連れについて

1歳3ヶ月までのお子様は一緒にご参加いただけます。

日程の変更、振替について

半年の振替期間内の日程での日程変更、振替受講可能です。

(開催の3日前まで)

キャンセルポリシー

受講前のキャンセルの場合も、ご入金後の返金は致しかねます。





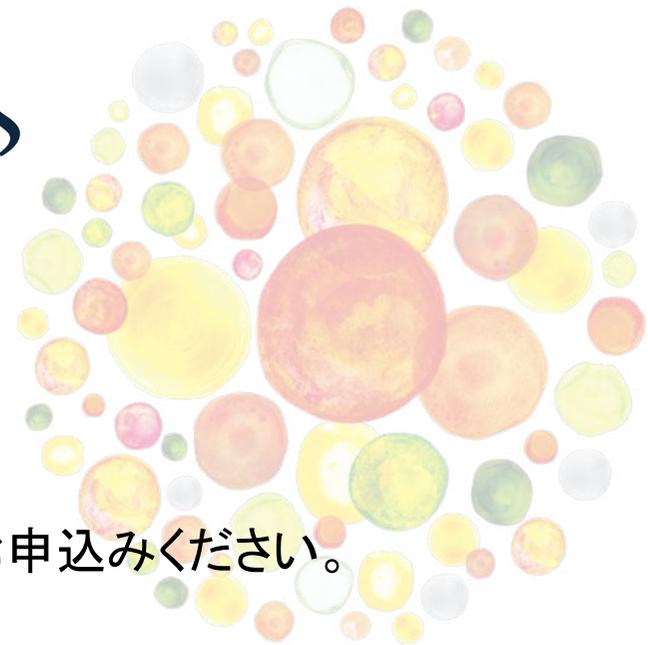
未来食つぶつぶで 本気の砂糖断ち 応援プラン

未来食セミナーScene1&2
おまとめ申込みで1万円割引♪

お申し込みはこちらから

<https://goo.gl/L3pHWs>

未来食セミナーScene1、2のご希望の日程を選択してお申込みください。
自動で割引が適用されます。





未来食つぶつぶで
砂糖断ちできちゃった！
参加された方の声



セミナー受講後
約1ヶ月～3ヶ月ほどで効果を実感！
喜びの声を多数いただいています。



砂糖断ち成功！つぶつぶマザー 松井俊子さんからのメッセージ



365日ダイエット、その一方で・・・甘いものがどうしても止められなかった私を救ってくれたのが、未来食セミナーScene2「ミラクルスイーツ」でした。

「甘いもの＝体に悪い」ではない、甘いものとの本当の関係をすることで嘘のように「砂糖中毒」から脱出できました。

自然と、甘いものを欲しなくなっている自分にビックリ。

むくみや余分な脂肪ともサヨウナラ。365日ダイエットしていたわたしが、体重計にもものらなくなりました♪

砂糖断ち成功！

三重県 駒田りかさん(50代)

北海道 山口奈都子さん(30代)

栃木県 田村雅代さん(40代)

京都府 北村美穂さん(40代)

真夜中のチョコが
ほんとうにやめれて
びっくり！



とにかくカンタン！
おいしい！
だから続けられました。



パンがやめれなくて、
お菓子がやめれなくて
罪悪感だらけだったのが
嘘のよう！

スティックにやれなかったけど、
それでも砂糖を止められたので、
無理しないでできると思います。

砂糖断ち成功！ 佐藤愛さんからのメッセージ

甘いものがやめられず、

ごはんの代わりに甘いものを食べる日々だった私も

気がついたら砂糖断ちできていました！

半信半疑だったので驚きです！

体にいい甘いものを食べたいだけ食べていいので

毎日スイーツを作って食べています。

全然太らないし、むしろ快調で、

お肌もツヤツヤ便秘も解消していいことづくめです。

東京都在住
つぶつぶ料理コーチ
佐藤愛さん(30代)



現役歯科医師 工藤省子先生からのメッセージ

未来食のスイーツは、
虫歯にならないスイーツです。

歯医者ですので、
お砂糖を使わないスイーツを患者さんに伝えられて
とても嬉しいです。

私自身も実践して10kg痩せました。

未来食スイーツ、簡単でおいしくて最高ですね。

青森県在住
つぶつぶ料理コーチ
歯科医師
工藤省子さん(50代)





"HATSUKO
KOBAYASHI"

こばやしはつこ

INSTRUCTOR

講師紹介

夜中のチョコがやめられなかった私が、毎日楽しく食べているだけで、4ヶ月後にはチョコがストレスなくやめられたのです。



砂糖中毒から脱出！

自己嫌悪、罪悪感とさよならして、

清々しい自分で生きる未来と



いまのまま、変わらない未来・・・



自分の未来は自分の意思で
変えられます。



でも、本当に私にも
砂糖断ちできるか不安



お砂糖をやめられないのは

あなたのせいじゃない！

- 人間の体の燃料はブドウ糖。脳細胞にも必須のエネルギー源です。
あなたの「意思の力」だけでお砂糖をやめることは
不可能に近いくらい、難しいのが現実です。

WHY?
-01-



ブドウ糖不足で体は緊急事態！

体に必要な糖分が足りなくなると、糖分を欲するように体のメカニズムが作られているため、糖分の塊である砂糖を理性で止めるのは難しい！

WHY?
-02-



慢性の砂糖中毒！

砂糖入りのスイーツを食べれば食べるほど、また欲しくなる、、、そんな体験はありませんか？
お砂糖には中毒性があり、一度食べ始めるともう一度食べたくなりやめられない、止まらない負のループに！

WHY?
-03-



毎日、誘惑がいっぱい！

さあ！砂糖をやめよう！と決めても、次から次へとやってくる誘惑に意思の力だけで抗うのは①の理由からも、かなり難しいこと。
そもそも「甘いものが欲しくない」という誘惑に負けない自分になれなければ、無理な我慢は続きません。

こんな症状も実は・・・

冷え性、だるい、PMS、イライラ、肌荒れ、生理痛、無月経、不妊、便秘、ひび、あかぎれ、シミ、そばかす、シワ、抜け毛、枝毛、薄毛、寝起きが悪い、不眠、眠りが浅い、トイレが近い、頭痛、腰痛、肥満、痩せすぎ、アレルギー、花粉症、鼻炎、アトピー、過敏症、更年期障害、骨粗鬆症 など

これらみ～んな、砂糖や体のしくみに合わない食生活による現代食による、隠れ栄養失調が原因



砂糖をやめたい！でも、これは無理。
続かない方法です。

甘いものを我慢

甘いものを家に置かない。

砂糖をやめたい！ そう思ったら、

おいばりで食べていい！

体にいい甘いもので、

あなたの家を「お菓子の家」にしよう！

カンタン！ 5分でできるレシピがいっぱい。

砂糖を使わない料理とスイーツの料理技と

体のメカニズムによる解決法を手に入れて、

カラダも心も満足する体にいい「甘いもの」で満たされよう。

未来食で砂糖断ち、本当にできるの？

あなたに必要なのは本質的で普遍的な食の情報と、
これまでの食情報の断捨離、脳のリセット。
あとは、おいしく作って食べる「実践」です！

もう、自分を責めなくていい。
子どもに「あれだめ」「これだめ」と言わなくていい。
イライラして八つ当たりしなくていい。

砂糖を我慢、から「砂糖は欲しくない」に変わる
3ヶ月で叶える、手料理で本気の砂糖断ち！応援プラン2020

「未来食7つのキーフード」著者の大谷ゆみこが
37年間伝え続けてきた
 お砂糖を使わないミラクルスイーツと
 お砂糖を使わない料理法。

あなたの体を美と健康の泉に変える、簡単おいしい未来食レシピで、
本気で砂糖をやめたい！あなたを応援します。





未来食つぶつぶで 本気の砂糖断ち 応援プラン

未来食セミナーScene1&2
おまとめ申込みで1万円割引♪

お申し込みはこちらから

<https://goo.gl/L3pHWs>

未来食セミナーScene1、2のご希望の日程を選択してお申込みください。
自動で割引が適用されます。

