

免疫力アップ



実践！お灸とツボ

『東洋医学で健康づくり』



少人数制(定員各10名)

東洋医学の神髄はツボ療法。免疫力が高まることから、世界的に注目を集めています。皮膚を傷つけない画期的なお灸や、刺さないで貼るシール式の鍼なども登場、ツボの基礎知識を学び、実技をマスターすれば、素人でも実践できる時代になりました。

この講座では、鍼灸師の山下なぎさ先生が、東洋医学の考え方を分かりやすく解説、足腰の痛みや肩こり、冷え症などの体調不良を解消するための実技を指導します。ストレッチ指導もあり、しっかり身につければ、セルフケアはバッチリです

【講師】 ロータスウェルネス鍼灸院院長 健康運動指導士
鍼灸師 山下 なぎさ 先生

【講座日】 原則 第4火曜日 (月1回)
① 13:00~14:30
② 15:00~16:30
③ 18:30~20:00 (女性限定)

【受講料】 全6回分一括・消費税込
受講料 12,960円 (2,160円/1か月)
維持費 1,620円 (270円/1か月)
教材費 1,800円 (300円/1か月)
※ 動きやすい服装をして、手ぬぐい、大きめのハンカチをご持参ください。



【日程】

2018年秋冬

1回目	11月20日(火)※	2回目	12月25日(火)
3回目	1月22日(火)	4回目	2月26日(火)
5回目	3月26日(火)	6回目	4月23日(火)



—受講申込み・お問い合わせ—

よみうりFBS文化センター

北九州市小倉北区浅野2-11-15 KMMビル別館2階

TEL: 093-511-6555 FAX: 093-541-655

メール: yomiuri-fbs@tempo.ocn.ne.jp HP: <http://yomiuri-cg.jp>