

国際中医師による健康講座

毎月定期開催しています

東洋医学を学びませんか？

～健康でありたい、あなたのために～

食材を知り、体質を知る。知っておきたい東洋医学の基本。

〈東洋医学は多様性を認める医学〉

私たちの身体や生命力は食べ物からできているといえます。

自分自身の生命力を大切にしていけば、体質が安定し健康を維持することができます。

日常生活において、どのように自身の身体と向き合えば良いのか、わかりやすくお伝えいたします。

東洋医学の知識をしっかりと学びつつ、やさしい気功体操を練習して心身が和みます。

- 日程 8月7日(水) 14:00 -15:30
- 場所 六甲道勤労市民センター
- 会費 各回500円
- 講師 土井 雅雄

上海中医薬大学附属日本校卒業。国際中医師（世界中医薬学会連合会認定）。これまで35年に渡り健康産業に携わる。2006年7月、内外同治館・神戸六甲山保養所（滞在型保養施設）を開所。現在、東洋医学の理論を基にした健康指導が話題となり、全国で講演活動を行う。

☆自分の体質を知ろう。脈や舌の見方を学びませんか？

☆食べ物の栄養価だけでなく、身体への働きを学びませんか？

（食性・五味・帰経・効能など）

◇お申し込み・問い合わせ◇

やくぜん倶楽部 TEL.0120-501-609

携帯：080-6128-6410 e-mail：yakuzenclub@gmail.com

担当：大場 径（おおば けい）までお気軽にどうぞ

事前にご予約くださいますようお願いいたします！