



知らなきゃソン！
手遊び・歌で楽しくあそぼう！

からだうごかす トウヨウイガク

東 洋 医 学

11月3日(金) 15:00~16:00



自分に合った健康法で毎日をイキイキ元気に過ごすヒントを見つけよう！

参加費 1,000 円

対象・定員 未就学児親子とその兄弟姉妹 8 組

講 師 吉田有希

自分の体を自分でほぐす体操法
「自力整体」のナビゲーター。
「からだイキイキ★
トウヨウイガク」の著者。



申込み 090-6320-8146

jirikimaintenance@gmail.com



ブログ



公式ライブ

カラダを営む 3 つの要素「気・血・水」と、それを作り巡らす 5 つの働き「肝・心・脾・肺・腎」。カラダを健康に保つしくみを手遊びや歌を交えて紹介します。家族の健康や体調・不調に興味のあるママさん必見の東洋医学講座。お子さんと一緒にカラダを動かしながら、健康に役立つ「病気になるのを予防する東洋医学」も知れる、一石二鳥のイベントです。自力整体のナビゲーターでもある講師が簡単な健康体操もお教えます！



東洋医学キャラ：まもるんじゃー