

冬の未病勉強会

医療は発達して、寿命はどんどん伸びてきたのに健康寿命は逆に下がっています。病気になってからの医療はもちろん大切ですが、病気になる前の未病はもっと大切なのではないでしょうか。今年3月から未病勉強会を開催して、皆様に自らの体調をしり、日々の生活習慣でケアできることをお伝えしてきました。今回は、シリーズ最後(第5回目)で、冬の未病として、腎系の未病勉強会を開催します。健康は自分で守り作り上げるという意識のある方、是非、この機会にご参加ください。

日時:11月19日(木)
11:00~15:00
定員20名まで(受付中)

場所:前橋市総合福祉会館2階 調理室
前橋市日吉町二丁目17番10号

参加費: 3500円(昼食代を含みます)

日程 11:00~13:00 高石知枝
簡単な料理教室と食養の話
13:00~14:30 柴崎敏子
東洋医学的な望診の見方
14:30~15:00 関根沙耶花
具体的な相談を通しての勉強会
15:00~15:30 交流会

〈申し込み問い合わせ〉
こころコミュニティ代表 三田章子
sweethooth1030@gmail.com

この3人のコラボによる勉強会です

関根沙耶花 (医師)

薬や医者に頼らない自立した健康作りを支援していきます

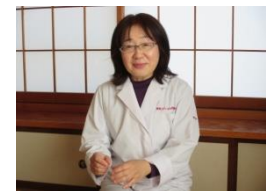
サヤカ・クリニック
前橋市青柳町822-1
TEL027-226-5571



柴崎敏子 (鍼灸師)

病気になる前のサインを見逃さないことが大事なのです

往診施術
TEL080-5671-7176



高石知枝 (自然料理家)

自然(じねん)料理を通して命ある食べ方を提案しています

ゆいの家
高崎市菊地町184-3
TEL 027-344-3732



ゆいの家 主宰
高石 知枝