

令和6年度 東区民講座

健康に役立つ



かんぽう

やくぜん

漢方・薬膳・ツボのお話



講師：整骨 鍼灸 漢方 薬膳 福
ほりぐち ともひろ
開設者 堀口 恭弘 先生



お話

東洋医学的セルフチェック、気・血・水や陰陽五行論の基礎、
更年期や冷えの悩みと対策など、四季の過ごし方について学びます。

日程 令和7年 1月14日・21日・28日（毎週火曜日 全3回）

時間 10時00分～12時00分

会場 東区民センター 3階 視聴覚室

受講料 2,500円

定員/対象 20名（先着順）※15歳以上の方（中高生を除く）



●お申込・納入方法

令和6年12月11日(水)午前10時から受付。
電話(742-5500)または窓口でお申込ください。
受付時間 10時～16時（土日可）
※受講料は初回目にお支払い下さい。

- * 申込者が著しく少ない場合は、講座を中止することがあります。
- * 都合により受講日等が変更になる場合があります。
- * 受講者の都合による受講料の払い戻しはできませんのでご了承ください。
- * 駐車場は大変混み合いますので、公共交通機関をご利用ください。

【第1回目】 1/14(火)

東洋医学的セルフチェック
気血水、陰陽論・五行論

【第2回目】 1/21(火)

冷えについて
漢方・薬膳・ツボを使った対策

【第3回目】 1/28(火)

季節の養生
漢方・薬膳・ツボの応用

☆お申込み・お問合せ☆

東区民センター運営委員会(東区北11条東1丁目)電話:742-5500

東区民センター

検索