



新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止になる場合があります。感染予防のため、自宅での検温とマスクの着用をお願いします。

ウィズほっとサロン

5月1日より受付

一時保育 無料

5月29日(日)

午後2時～4時

痛みや疲れを感じた時に、そっと手を当てていませんか？ 無意識に手をのばし、触れているのが実はツボです。季節に合わせた不調やふだんから多い悩みに合わせたツボ押しセルフケアで、こころとからだを楽にしませんか。ツボや漢方など東洋医学について学び、実践することで、すこやかな暮らしを手に入れましょう。

場所：男女共同参画センター交流室

講師：田中友也（鍼灸師、国際中医専門員）

対象：20～50代の方優先

定員：18人

一時保育：あり（1歳～就学前児、先着順）

兵庫県神戸市にある漢方相談薬局「CoCo 美漢方(びかんぼう)」で、健康相談にのる。関西学院大学法学部卒業後、「イスクラ中医薬研修塾」にて中医薬を学び、北京中医薬大学などで研修。



季節に合った健康法や食養生をつぶやくTwitterが人気。「#中医学 Zoom」と題したオンラインセミナーも随時開催中。『CoCo 美漢方 田中の12ヵ月のおいしい漢方～日々の食事の不調を改善～』（扶桑社）。『体とココロが喜ぶごほうび漢方』（主婦の友社）等。

近著「こころと体がラクになる ツボ押し養生」学研プラス/2021年



ツボ押し養生と漢方

こころとからだを楽にする！



摂津市健幸マイレージ
ポイント付与対象講座



講座申込み
専用フォーム

問合せ・申込み：摂津市立男女共同参画センター・ウィズせつつ

摂津市南千里丘5-35 コミュニティプラザ1階

TEL:06-4860-7112/FAX:06-4860-7113

男女共同参画センターの事業は「第4期摂津市男女共同参画計画～ウィズプラン～」に基づいて実施します。

摂津市立男女共同参画センター・ウィズせつつ