

自然療法の基本のお手当て体験会

今日の講演会では「自然療法を実践する上での理論」をしっかりと聴講頂けたかと思います。ですが、話を聞いて満足しているだけではダメです！更に実践を伴った行動が出来るようになると、身心共に健康に導かれます。そこで実際に＜基本のお手当て＞を体験して頂いて、その「気持ち良さ」を肌で体感・納得して頂く事で、お手当てのイメージが変わるはず。ぜひ日々の健康増進にご活用下さい。

自然療法の基本のお手当ては…「こんにゃく湿布」「びわ葉温灸」「生姜湿布」の3つ

まずはこれらをきちんとマスターしましょう！

こんにゃく湿布は…茹でたこんにゃくの熱が湿性の温湿布となり、身体の深部まで温まります（お手当てでは、肝臓・腎臓・丹田を温めます）。またこんにゃくが老廃物や毒素を吸着して回復を助けます。こんにゃくは2～3週間繰り返し使えますし、初心者が一番実践し易いお手当てです。

びわ葉温灸は…もぐさの温熱の力を借りて枇杷葉のエキス（ビタミンB17）を肌に浸透させ、それが酸素を補給すると共に血液を浄化してくれます。ビタミンB17は、体温と共に暖められると浸透して細胞の中にまで入っていき、炎症やガン細胞も治してしまうほどの力を発揮します。

生姜湿布は…摩り下ろした生姜を入れたお湯にタオルを浸し、それを絞って肌を温め、痛みなどを取るお手当てです。生姜湿布は生姜特有の成分・性質と熱によって疾病部の血液循環を促進し、血液や組織中の汚濁や毒性成分を集め、これを中和、解毒、消毒、殺菌、解熱、浄化の作用をされると言われています。

開催日と内容	6月18日（日曜日）	11～12時	こんにゃく湿布体験
	6月24日（土曜日）	11～12時	びわ葉温灸体験
	6月30日（金曜日）	11～12時	生姜湿布体験

定員 各**6名限定** ※定員に達した場合、12時からの体験会を追加開催します

開催場所 出町うさぎ 左京区田中下柳町1-12（出町柳駅より東へ徒歩1分・鳥貴族の向かい）

参加費 500円（お手当ての材料費・WS活動費として運用します）

持参物 こんにゃく湿布：タオル6枚、タオル大1枚、使った蒟蒻の持ち帰り用袋
びわ葉温灸：枇杷葉持ち帰り袋 ※温灸用の「新品の棒温灸」の販売もします
生姜湿布：厚手のタオル2枚

★ワークショップ参加登録方法★（申込み締切日は、各開催日の2日前までです）

「〇〇より ▲▲のお手当てWS・参加希望」と言うタイトルで、必ず下記メール宛にご予約下さい

※〇〇には皆さんのお名前を、▲▲にはお手当ての種類（こんにゃく・びわ葉・生姜）を入れて下さい

その際、名前（複数名の場合は全員の名前）、携帯の電話番号&メールアドレスをお知らせ下さい

※メールを送信されて3日過ぎても返信が無い場合は、必ず電話でお問い合わせ下さい

こじまカイロ施術院（HPは「[こじまカイロ](#)」で検索下さい）／ 小島宏和

TEL 090-8190-9530 ✉ hiroba25@hotmail.com

DVD 上映会 ※6月は過去の東城百合子先生の講演会(2012/11/23 東京会場)のお話を上映します

6月24日(土) 18時半～21時 ひとまち交流館京都・第1会議室(2階) 第1部102分

6月28日(金) 13時半～15時半 ひとまち交流館京都・第2会議室(2階) 第2部 78分

共に予約不要・参加費は500円(上映会の活動費として運用します)

7月は、ひとまち交流館京都・第3会議室(3階)にて、27日(木)昼、28日(金)夜に別DVDの上映をします

※以降も月に1～2回の定期上映会を予定(開催日は主催者のブログ・Facebook等をチェックして下さい)