

2020年6月8日 夢窓幼稚園での「自然療法・五来純氏お話し」開催に向けて  
「体が喜ぶ食・お手当て」と「脳が納得するお話」を同時に満たす**健康向上ワークショップ企画**

## 簡易版基礎お手当3種体験会(こんにゃく湿布・ビワ葉温灸・生姜湿布)

自然療法の基本のお手当3つは・・・「こんにゃく湿布」「びわ葉温灸」「生姜湿布」  
難病と言われたり余命宣告をされて医者に見放された方が、この3つのお手当を心を込めて丁寧に毎日行う事で、劇的に回復された方が多々居られます(勿論、併せて食養の実践も必要です)。  
要は、内臓要である肝臓・腎臓・丹田＝腸…の3か所を芯からじっくりと温めてあげる事が大切です!

ただ、通常これらのお手当では「準備が大変」、「時間もお金もかかる」ということで躊躇しがち!  
ということで、今回は書籍で紹介されている正規の方法ではなく、当院(こじま施術院)でアレンジを重ねた独自の方法で、準備も楽で時間も短時間でできる**裏技的な簡易版**で指導させていただきます。

でも何となく自然療法のお手当では面倒で続けるのが億劫・・・と言うあなたへ!  
実際に指導を受けてコツをつかめば、そのお手当の本当の気持良さが体感できます。すると・・・  
**自己流で行っていた時以上の効果が現れて、お手当を日常的に実践したくなる体質に変わります!**

東城百合子流の自然療法(食養・お手当)も指導する私「こじま施術院」が開催する当WSに参加して頂ければ、  
書籍やネットの情報だけではイマイチ判り辛い自然療法を実践する上での心構えやコツをお教えします(特にお手当や食養を実践する際の「心の持ち方」が重要なポイントになります)ので、日々楽しく無理なく自然療法を続けていく上での参考になるお時間になれば幸いです。

\*\*\*

開催日時 3月25日(水) 10時～12時半頃  
募集定員 **2～8名限定** ※二名以上の参加で当WSは催行します  
開催場所 夢窓幼稚園 2階和室 すみれの部屋 ※正面より園に入り左手へ、奥の階段より2階へ  
京都市右京区常盤窪町1-16 京福電車・常盤駅より徒歩3分  
※自転車やバイクでの来園はOKですが、お車でのご来園はご遠慮下さい  
参加費 1,500円(お手当に使ったこんにゃく、ビワ葉などは持ち帰り頂きます)  
※参加費のうち500円は6月の**五来純氏の自然療法講演会開催基金**として活用します  
持参物 タオル4枚、お手当に使ったグッズの持ち帰り用袋、筆記用具

行程 10分 今日の全体の流れの説明  
40分 簡易版**こんにゃく湿布** **ビワ葉温灸** の説明と体験  
40分 簡易版**ビワ葉温灸** の説明と体験  
40分 簡易版**生姜湿布** の説明と体験  
20分 質疑応答 ※終了後、希望者には当院の**足半試着体験会**を開催します

**★ワークショップ参加登録方法★** (申込みは各開催日の3日前までをお願いします)  
「OOより 3/25 お手当3種体験WS 参加希望」という件名タイトルで、下記メール宛にご予約下さい  
メール本文には、お名前、住所、携帯の電話番号&メールアドレスをお知らせ下さい  
※もしメールを送信されて3日過ぎても返信が無い際には、電話でお問い合わせ下さい

二条こじま施術院 (HPは「こじま施術」で検索下さい) / 小島宏和

TEL 090-8190-9530(LINE 登録OKです) ☒ [hiroba25@hotmail.com](mailto:hiroba25@hotmail.com)

※夢窓幼稚園では、同内容のWSを6月まで毎月開催します **4/21(火)・5/18(月)・6/19(金)**  
(夢窓幼稚園へのワークショップについての問い合わせ等はご遠慮下さい)