

9-11 月版 自然療法(東城百合子先生流)アフターケア会のお知らせ

身の回りにある物で簡単に体をケアできる「自然療法」を一度一緒に体験してみませんか？
自然療法を続けると、自分の身体の感覚に気付けるようになり、楽しんで継続できるようになります。
自然療法以外でも、身体と心が健やかになるようなイベントをご紹介しますので、ご参加・ご協力下さい。

9月29日(土曜日) & 10月8日(月・祝) 共に 13:30~14:30頃

場所: 賀茂川河川敷 (MK 上賀茂ボウル前に集合) 雨天&生育状態によっては中止

体験テーマ: 野草採取 (せいたかあわだち草) (定員: 特になし)

アトピー等の皮膚の症状に効く「せいたかあわだち草」の採取&天日干しをレクチャーします

10月6日(土曜日) 10:00~15:00 場所: 亀岡市・隅田農園

「こどもアートフェスタ」に協力出店 参加費無料

スラックラインの体験会の開催と、それに付随するような「立ち方指導」などを行います

10月7日(日曜日) & 11月4日(日曜日) 8:30~15:30頃

毎月(第1日曜日)恒例の「随心院・小町手作り市」に出店(手作り足半草履も販売中!)

※10/13-10/14は、石川県の「のとじま手まつり」に出張出店(施術&足半草履販売)します

★この秋一押しイベント!★

詳細は…BBQ大会の別チラシをご覧ください

10月21日(日曜日) 9:00~15:00頃 場所: 琵琶湖大橋東岸北(吉川ビーチ)

琵琶湖で砂浴&スラックライン体験+無農薬野菜のBBQ大会 (参加目標人数40名!)

10月27日(土曜日) 10:00~12:00頃 場所: こじまカイロプラクティック

体験テーマ: さとう式リンパマッサージ・無料体験会 (定員: 6名) 講師: 藤原寛

誰でも手軽に出来るソフトなマッサージで、体の流れや体幹を整える方法を覚えて帰って頂きます

11月9日(金曜日) 10:00~14:30 場所: びわこ老人の家 定員 15名

小さな勉強会-五来純社長をお迎えて「自然の力と免疫力を高める自然療法」主催: 伊東貴美子

★お勧め★11月18日(日曜日) 食品添加物の実験講座 講師: 竹原ゆかり (有料: 500円)

1回目 10:00~12:00 夢窓幼稚園 (嵐電常盤駅より南東へ徒歩3分) 定員: 100名

2回目 14:00~16:00 HoneyAnt 料理教室 (丸太町七本松より北へ徒歩5分) 定員: 20名

スラックライン体験会 平日午後不定期開催 場所: 鴨川丸太町橋下ル西岸

体幹が鍛えられ、正しい姿勢になり、精神的不安定も軽減できる「綱渡り」を一緒に楽しみませんか？

ご興味のある方には、開催する際には(前日の夜に)メールにてご連絡します。【メール受信者募集中】

参加費 : 基本無料 (但し、毎回必要経費の実費のみをご負担頂きます)

連絡先 : 主催者 小島宏和 ([090-8190-9530](tel:090-8190-9530) / hiroba25@hotmail.com)

こじまカイロプラクティック(西洞院夷川下ル) / 小島宏和