

# 「予防医学」を学び 健康を維持する身体づくり

東洋医学では、秋は免疫力と密接な関わりのある「肺」の働きが弱る季節だそうです。鍼灸師とアロマセラピストの資格をお持ちの丸本先生に、「肺」の働きをサポートするセルフケア方法を教えていただきます。

ハンドトリートメントで「肺経」のツボを押して心と体を元気にしましょう。

日時 令和8年9月3日(木)

10時15分～11時45分

講師 鍼灸師 アロマセラピスト

丸本 英子さん

バンビオ 1 番館 6 階 会議室 3 にて  
参加費 500 円 定員 16 名 (先着順)  
持ち物 筆記用具 バスタオル

\*参加者同士で、ハンドトリートメントを行います。  
ご了承の上、お申込み下さい。

\*トリートメントにはマカデミアナッツの植物性オイルを使用します。

令和8年 8月2日(日)午前 11時より申込受付開始

申し込み・お問い合わせは

長岡京市中央生涯学習センター  
生涯学習団体交流室(バンビオ1番館6階)  
Tel 075-963-5518 Fax 075-963-5519