

伴セミナー

女性のための漢方の基礎知識

～イキイキと健康に笑顔で過ごすために～

いつも笑顔で健康に過ごすために、自分の体と向き合ってみませんか？

家族や友達にも活用できるセルフチェックの方法や女性特有のお悩み解消
体質改善などに、活用できる漢方の知識について学びます。

日 時 **7 / 25 (金)**

10:00～12:00

場 所 沼田公民館 大集会室

内 容 ◎漢方の基本的な考え方について

◎自分の身体について知ろう

◎「女性特有の悩み」や「認知症」と漢方の関係について

対 象 女性

定 員 30人 (先着順)

講 師 竹内 温子さん (漢方百花堂 薬剤師・国際中医専門員)

参加費 無料

持参物 手鏡 (舌のセルフチェック実技用)・筆記用具

申 込 7月6日 (日) 9:00～19日 (土) までに

電話 (848-0242) か来館で公民館へ

共 催 伴地域女性会・沼田公民館

