



# 『お灸教室のご案内』

## 【目的】

- ✓ 身近になりつつあるお灸の魅力を知っていただきたい。
- ✓ 確かな知識と正確なツボの取り方を覚えていただきたい。
- ✓ 温かくて気持ちいいお灸を手軽に楽しみましょう！

## 【教室内容の詳細】

全4回	第1回	お灸の基本編(基本を知り、体験しましょう)
	第2回	症状別のお灸(肩こり、腰痛、頭痛)
	第3回	症状別のお灸(冷え症、胃腸の不調、阿是穴)
	第4回	応用編(ツボの流れに沿ったお灸をしよう！)

※ご希望者のみ。教室終了後又は後日 20 分程度の個別無料相談あり。

## 《 初 回 、 棒 灸 1 本 プ レ ゼ ン ト ！ ！ ！ 》

- ◎肘・膝が出せるような服装(スカート NG)お腹・背中はお出しません。
- ◎火を使うためお子様連れのご参加はお断りいたします。
- ◎個別・グループのみでご参加希望の場合はご予約時に申し付けください。(それ以外は他の参加者の募集も致します)
- ◎ご予約・ご質問等お気軽にお問合せください。(03-5888-5687)