

大沼公民館体育部主催
健康講座

身体の声 キャッチする



身体から出る汗や熱、寒気、痛みといった感覚は、どのような身体の状態を表しているのでしょうか。中医学の視点を知り、実際に身体を動かしながら身体の声を聞いてみませんか？

8月24日(日)
10:00～11:30

会場 大沼公民館 大会議室

定員 館区内にお住まいの方
お勤めの方優先40名(先着)

持ち物 動きやすい服装、飲み物

申込み 7月25日(金)～8月15日(金)の午前9時～午後5時
窓口、電話または申込みフォームからお申込みください
ただし月曜日と8月12日(火)を除く

「なんとなく不調」

「いつも疲れている気がする」

そんなあなたに届けたい！

講師プロフィール

富燦霞（フー・サンカ）氏



舞踊家・舞踊研究者。1987年、台湾より来日。中医学をベースに「氣疏経絡体操」を開発。漢方アドバイザー。

【申込み・問合せ】

大沼公民館

☎ 042-744-7722

✉ oonuma-k@city.sagamihara.kanagawa.jp



インターネット
でのお申込みは
コチラ！