



講演スケジュール



はつらつと老いる力 帯津流「攻めの養生」

目的	病気にならないよう、びくびくと生きる守りの姿勢ではなく、日々の生活で「こころ」をときめかせながら、毎日前進する気持ちで取り組めてこそ、本当の健康を得られるのではないのでしょうか。病気や死を怖れず、いつか来る旅立ちの瞬間まで、人生を謳歌しましょう。いつでもどこでも実践でき、体と心を強くする「帯津流3分間呼吸法」もご紹介いたします。
対象	一般
場所	ルミネ横浜8階 朝日カルチャーセンター横浜横浜市西区高島2-16-1
日時 講演テーマ	2019年10月9日(水) 16:00～17:30
参加費	会員 ¥3,300(入会金税別¥5,000 70歳以上は入会無料、証明書が必要です。) 一般 ¥3,960
講師	帯津良一「帯津三敬病院名誉院長、日本ホリスティック医学協会名誉会長、日本ホメオパシー医学会理事長」
主催	朝日カルチャーセンター横浜
宿泊・会場 申込み・問合せ	朝日カルチャーセンター横浜 〒220-0011横浜市西区高島2-16-1ルミネ横浜8階 TEL 045-453-1122 http://www/asahiculture.jp/yokohama