



## 講演スケジュール

### 帯津流 よりよく老いるコツ

目的	老眼・難聴・めまい、腰痛…。年齢を重ねると、少しずつ感じるようになる「からだの不具合」とどのように付き合っていくか。『Body、Mind、Sprit』の三位一体で体をとらえるホリスティック医学の第一人者であり86歳にして現役の医師である帯津良一が、誰しも訪れる“老い”と前向きに付き合っていくための秘訣、また人生を謳歌する極意を語ります。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」も紹介致します。
対象	一般
場所	朝日カルチャーセンター千葉教室 千葉市中央区中央1-11-1 三井ガーデンホテル千葉5F
日時	2022年9月7日(水) 13:30～14:30
参加費	会員 ¥3,300 (入会金 ¥5,500 70歳以上は入会無料、証明書が必要) 一般 ¥4,400 設備費 ¥165
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千葉教室
宿泊・会場 申込み・問合せ	朝日カルチャーセンター千葉教室 千葉市中央区中央1-11-1 三井ガーデンホテル千葉5F TEL 043-227-0131 <a href="https://www.asahiculture.jp/">https://www.asahiculture.jp/</a>