

日頃のストレス 感じていませんか？

タッピングタッチでシンプルケア



講師 近藤亜美

●プロフィール
総合病院、クリニック勤務を経て
2005年Ami助産院開業。
産後の母乳育児支援をメインに、
育児が安定期に入るまでの
サポートをしている。
子育て支援活動にも積極的に参加。
2010年よりタッピングタッチ
インストラクターとしても活動中。

先日「ためしてガッテン」でも紹介されたタッピングタッチは、指先を使った誰にでもできるシンプルなケアの技法です。本来人間が持っている”心身ともに健康であろうとする力”に働きかけ、その効果は多くの人達の経験や専門分野での利用を通して確認されています。先ごろの熊本地震で話題となったエコノミークラス症候群の予防にも効果的で、簡単であるため、セルフケアだけでなく、家族や知人に広めることができます。いつでもどこでもできる心と体のケア、「タッピングタッチ」にふれてみませんか？



日時:10月1日(土)14時~16時 定員50名 無料

静岡県男女共同参画センター

会場:あざれあ 5階 502会議室 (静岡市駿河区馬淵1丁目17番1号)

* 駐車場がございませんので、公共の交通機関をご利用下さい *

注: 9月1日(木)より受付スタート

主催



認定NPO法人
ヤングカレッジ
認定通知番号 25 特生明参第 0037号

Facebook

NPO 法人ヤングカレッジ

お申込み・お問合せは事務局まで

TEL 054-347-1310

※電話対応時間 平日10時~16時

URL <http://yankare.com>

E-mail youngcollege2005@r6.dion.ne.jp

