

こじま施術院主催の自然療法&健康サポート体験会

身の回りにある物で簡単に体をケアできる「自然療法・食育」などを一度一緒に体験してみませんか？
自然療法を実践すると、身体感覚に気付けるようになり、自分自身に向き合える事が楽しくなります。
自然療法以外でも、身体と心が健やかになるようなイベントを企画していますので、是非ご参加下さい。

★自然療法のポイントは…「頭で考え過ぎずに先ずやってみる」事です。身体と自然が、必ず答え導いてくれます。

＜屋外イベント＞ ※雨天時&12～3月は寒いので…出店しておりません

随心院・小町手作り市 毎月第1日曜日 8:30～16:00

屋外で良ければ…色々とお話、伺います ＜手作り**足半草履**&新商品**砂枕**の販売とプチ施術で出店します＞

★7～9月は**砂浴体験会**を琵琶湖西岸・和邇浜にて定期開催！ 詳細はブログ等をご覧ください

【下記イベントは全て・・・ご依頼があれば何時でも開催します！】

各定員は・・・ 1～4名

開催希望をお一人の方がリクエストされた場合は…

開催希望日でイベント開催を告知し（HPやTwitter、Facebook等で）、他の参加者の募集をかけます。

もし開催予定日に**2名以上の参加者**が揃わない場合は、開催を中止・延期させて頂く場合もございます。

参加費は・・・ 全て500円/60～90分 ※材料費・交通費などが必要な場合は別途徴収します

開催日時・・・ 皆さんのご希望の日・にち&時間帯(60～90分)をご指定下さい

場所は・・・ こじまカイロ 中京区西洞院夷川下ル(東側の路地奥)

※スラックラインのみ 北醍醐こじま施術院にて開催

※全てのイベントは、**3名以上の参加**で、ご指定のお好きな日時で**出張開催**も致します。
(スラックラインの出張開催は、ロープを張れるポイントがある事が最低条件となります)

お茶でホッこり…健康何でも質問&お話し会

皆さんからの健康に関連する様々な疑問質問にお答えする、お茶を飲みながらの雑談会です。
参加費以外に1品お茶菓子を持参して頂けると嬉しいです！（お菓子は義務じゃないのでご安心を！）

自然の力のお手当法…**蒟蒻湿布**で癒されましょう！

各自でマイ蒟蒻&マイタオルを持参頂き、正しい蒟蒻湿布の方法を指導します。

事前のリクエストで、**生姜湿布**、**豆腐パスタ(冷湿布)**、**枇杷の葉温灸**の指導&体験も開催可能です。

色々一度は作ってみましょう！…**自然療法&お料理体験会**

- 1・土鍋で玄米ご飯を炊く。
 - 2・玄米スープ作り。
 - 3・佐藤初女さん流のおむすび教室。
 - 4・酵素飲料作り。
 - 5・枇杷の葉&ドクダミエキス作り。
 - 6・野草採取。 などなど
- 6月は梅干し作り、1～3月は味噌作りも指導出来ます。 体験したい内容をお知らせ下さい。

室内でゆらゆら…**スラックライン体験会**

場所：北醍醐こじま施術院 (地下鉄小野駅より東へ徒歩8分)

体幹が鍛えられ、正しい姿勢になり、精神的に不安定も軽減できる「綱渡り」を一緒に楽しみませんか？
夏場は、鴨川の河川敷や琵琶湖の砂浴体験の会場にて、屋外スラックライン体験会も開催予定です。

こじまカイロの**グッス体験イベント**！…毒出し**砂枕**&体の土台作り**足半草履** 体験会

実際に砂枕を使って寝て、足半草履を履いて頂き、その効果を肌で感じて下さい(勿論、購入もOK！)
別途、**製作教室**も開催します。 詳細はお問い合わせ下さい。

※各イベントの開催希望連絡は、1週間前を目途にご予約下さい

連絡先：([090-8190-9530](tel:090-8190-9530) / hiroba25@hotmail.com)

こじま施術院 / 小島宏和

最新のイベント情報は＜HP、Twitter、Facebook＞を**チェック**して下さい