

# 真の健康とは

## 【手当法編】

# 安全で効率が良い 食養手当法 & 自己手当法 & 自力健康法ワーク

講義ではなかなか実践できない手当法や運動方法。  
このワークショップでは実際にやり方を学び、体験することができます。

受講料 12回一括の場合 会員 36,000円、一般 42,000円  
単発受講の場合 会員 3,500円、一般 4,000円

時間 13:30~15:30(各回共通)

場所 日本CI協会 B1Fセミナールーム



講師：細川順讃

1948年愛知県生まれ。東西医学、心身医学、食養法、民間医療等を統合し、総合的健康法・治療法の実践的研究を40年以上行う。

### 講座の日程と内容 (全12回)

※内容は変更する場合があります。予めご了承ください。

①1月15日(日)	「食養手当法①」生姜湿布、里芋 Pasta、芥子湿布、豆腐 Pasta、温湿布、冷湿布
②2月12日(日)	「食養手当法②」ミネラルクリーム、生姜油、キャベツ湿布、番茶湿布、そば Pasta、味噌 Pasta など
③3月 5日(日)	「浴用療法」座浴・腰湯(干葉湯)、足湯、入浴療法、温泉療法、海水療法、砂浴、日光浴
④4月16日(日)	「自己手当法①」梅醤番茶、梅醤タンポポ茶、ヤンノー(焙煎小豆粉末)、イチヨウ
⑤5月14日(日)	「自己手当法②」梅干の仁、杏仁、葛、黒焼玄米、鯉こく、ゴボウの種、サフラン
⑥6月11日(日)	「自己手当法③」ベニバナ、タンポポ、松葉、松の実、ヨモギ、コーレン(蓮根粉末)
⑦7月 9日(日)	「自己手当法④」第一大根湯、第二大根湯、レンコン湯、地竜、卵醬、黒焼(梅干、昆布、ナス)、花粉
⑧8月13日(日)	「自己手当法⑤」ミネラル、ハトムギ、田七人參、梅肉エキス、発酵玄米エキス、ローヤルゼリーなど
⑨9月10日(日)	「物理療法、官能療法」光線療法(可視総合光線治療器)、吸圧療法、アロマセラピーなど
⑩10月15日(日)	「自力健康法」腹式深呼吸、加圧呼吸、金魚運動、毛管運動、背腹運動、指先指圧など
⑪11月12日(日)	「BRM(脳内体験)簡易版①」
⑫12月17日(日)	「BRM(脳内体験)簡易版②」

### お問い合わせ・お申し込みは

日本CI協会

東京都目黒区東山三丁目1番6号

電話:0120-306-193/Fax:0120-306-293

ホームページからお申し込みできます!

[www.ci-kyokai.jp](http://www.ci-kyokai.jp) まで