

今こそ創ろう からだとこころの健康

第6回 健康で長生き



どなたでも入場できます!

入場無料

まつり

2022

11 / 3

(木・祝) 文化の日
10:00-16:00

場所

学校法人 大麻学園

四国医療専門学校 3号館・附属施術所

からだ健康チェック

3号館

- 身体測定
(身長、体重、腹囲、血圧、血管年齢、骨密度測定)
- 認知機能&身体機能の自己認識チェック
- からだのバランスチェックで未来を予想



ワークショップ

3号館/附属施術所

- 膝・肩・腰の痛み予防
～楽に動けるコツをその場で体感!～
- 手作りもぐさ研究所
～自作もぐさで手軽に棒灸を作ろう!～
- 物療体験～最新機器を体験してみよう!～



東洋医学体験

附属施術所

- 東洋医学体質チェックとアドバイス
- はり・きゅう体験 ●マッサージ体験 ●薬膳茶



しこく健康講座

各30分の講座

3号館/10:00～

【10:00～10:30】

- ①「からだの最高司令官“脳”の仕組みを知ろう!」
理学療法士 佐々木 克尚先生

【11:00～11:30】

- ②「今日からできる口腔体操」
～40代から始めよう!お口周りの筋トレ～
看護師 佐藤 みか先生

【12:00～12:30】

- ③「元気な気持ちをいつまでも」
～更年期うつや喪失感の予防について～
作業療法士 西川 洋先生

【13:00～13:30】

- ④「100歳まで元気に歩こう!うたづ町チャレンジウォーク」
～めざせ1万歩!講座後、ノルディックウォーキングに出かけます～
柔道整復師 山本 幸男先生

【14:00～14:30】

- ⑤「お灸のチカラで免疫力UP!」
鍼灸師 堤野 孟先生

【15:00～15:30】

- ⑥「中医薬膳でウイルスに負けないからだづくり」
国際薬膳調理師 池田 佳代先生

お問い合わせ

やさしく、つよい、プロフェッショナル。



学校法人 大麻学園
四国医療専門学校

TEL (0877)41-2310

(鍼灸マッサージ学科・鍼灸学科教務部まで)

アクセス

〒769-0205

香川県宇多津町浜五番丁62-1

イベントの詳細は
HPをご覧ください
<http://www.459.ac.jp>



四国医療専門学校

検索

クリック

●JR宇多津駅から徒歩約8分

※車でお越しの際は、所定の駐車場に駐車ください。

無料駐車場
100台

