



2023年度

東洋医学 一般公開講座

あなたの健康寿命を 延ばしたい！

健康の基本である運動療法と、
予防医学の名を持つ東洋医学の
コラボレーションによる、本校の
特色を生かした講座となります。



- 時間：11:00～12:30
(受付は10:45～)
- 対象年齢：50歳～80歳ぐらいの方
- 参加費：1回 500円
(資料代、保険代込み)

➤ 水分補給の為のお飲み物と上履き（運動靴）をご用意下さい。また、肘から下・膝から下が出せる、動きやすい服装でお越しください。

➤ 感染症の状況によって、不織布マスクの着用をお願いすることがあります。ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

※全ての回で、本校の学生がツボ確認や、運動補助などで、お手伝いいたします。
※尚、都合により内容が変更となる場合もございます。ご了承ください。

4月受付開始！

今年は11:00スタートです！！

- 5/23 (火)
生活習慣病対策講座① &
健康エクササイズ・ストレッチ (ロコモ編)
- 5/30 (火)
生活習慣病対策講座② &
健康エクササイズ・ストレッチ (チェア編)
- 6/20 (火)
認知症予防講座① &
お灸講座 (基礎編)
- 6/27 (火)
認知症予防講座② &
お灸講座 (肩こり)

9月受付開始！

こちらも11:00スタート！

- 10/10 (火)
ツボ講座① &
健康エクササイズ (肩こり・目の疲れ)
- 10/17 (火)
ツボ講座② &
健康エクササイズ (腰痛・ひざ痛)
- 11/9 (木)
ツボ講座③ & お灸講座 (腰痛)
- 11/16 (木)
ツボ講座④ & お灸講座 (ひざ痛・冷え性)
- 12/12 (火)
朝日山先生の健康講話① &
コグニサイズ・セラバンド・ボッチャ
- 12/19 (火)
朝日山先生の健康講話② &
コグニサイズ・ラダートレーニング・ボッチャ

会場：神奈川衛生学園専門学校

〒238-0052
神奈川県横須賀市佐野町2-34

申込方法：裏面をご覧ください、FAXまたはハガキにてお申し込みください。
※外来実習協力者の方はお電話でもお受けいたします。

なお、今回より定員に達し受講をお断りする場合にはのみ、こちらからハガキにてお知らせいたします。

2023年度 東洋医学一般公開講座 申し込み用紙

FAX：046-850-6338

※外来実習協力者の方はお電話でもお受けいたします。

ご希望の開催日申し込み欄に、✓を付けて下さい(複数可) ※各回の定員25名(先着順)

	申込み✓	開催日	申込み受付期間
4月受付開始		5/23 (火)	3/24 (金) ~ 5/9 (火) ※4/29(土)~5/8(月)はGW休校期間の為、 電話によるお問合せには対応できません。
		5/30 (火)	
		6/20 (火)	
		6/27 (火)	

※10月以降の講座は、8/29(火)よりお申し込み下さい。

9月受付開始		10/10 (火)	8/29 (火) ~ 9/19 (火)
		10/17 (火)	
		11/9 (木)	
		11/16 (木)	
		12/12 (火)	
		12/19 (火)	

フリガナ

ご氏名： _____ 男・女

ご年齢： _____ 歳

ご住所： 〒 _____

電話番号： _____

※ハガキでお申し込みの方は、上記内容を記載しご送付ください。

※定員に達し受講をお断りする場合にのみハガキにてお知らせいたします。

神奈川衛生学園専門学校 東洋医学一般公開講座 係

〒238-0052 神奈川県横須賀市佐野町2-34

TEL：046-850-6310