

入 場 無 料

◇定員500名◇

ただし聴講券をお持ちの方から優先入場となります。
詳しくは裏面をご覧ください。

第14回 医療法人 睦み会 城西病院

市民公開講座

日時：2016年3月26日(土)
開演 14:00～16:30

場所：あわぎんホール 4階大会議室
〒770-0835 徳島市藍場町2-14

公開講座

テーマ

全人的に
心と体を
元気にしよう



講演1 ◇ きくち体操を取り入れて
～全人的（ホリスティック）な手法として～
城西病院 看護師 福原澄子



講演2 ◇ 脳活！きくち体操
～脳と体が同時に若返る究極の方法～
きくち体操 創始者 菊池和子 先生

講師 菊池 和子 プロフィール

1934年秋田県生まれ。日本女子体育短期大学卒業。中学校の体育教師を経て「きくち体操」を創始する。以来50年余り、「鍛えない・人と比べない・上手くできなくてもいい」既存の体操の概念を覆した体操で、幼児から高齢者まであらゆる年齢層の人々の健康の獲得に貢献。心と体、脳とのつながりに着目した“いのちの体操”による心身ともに驚く程の変化は、「自分で自分を良くしていくことができるのだ」と人々に喜びと希望を与え、生き方まで変わったと高い信頼と支持を得ている。きくち体操は川崎を本部とし、東京・神奈川の直営教室、首都圏・名古屋・関西のカルチャースクールなどに教室を持つ。各局テレビ、ラジオ出演及び新聞雑誌取材多数。全国で講演多数。著書多数。日本ホリスティック医学協会会員。日本ペンクラブ会員。近著「脳活 きくち体操」宝島社 きくち体操ホームページ <http://kikuchi-taisou.com>

撮影：鍋島徳泰
写真提供：TJMBOOK
「脳活きくち体操」宝島社

お問い合わせ：医療法人 睦み会 城西病院【担当：地域連携室】
〒770-0005 徳島市南矢三町3丁目11-23

TEL:088-631-0181 FAX:088-631-0186

E-mail johseihp@johsei-hp.jp

後援 徳島新聞社 四国放送株式会社

申込FAX

088-631-0186

場所

あわぎんホール
4階 大会議室

徳島県徳島市藍場町2-14

※駐車場は周辺駐車場（有料）をご利用ください。



申込み方法

下記申し込み先まで、郵送又はファックス・メールにて、郵便番号・住所・氏名をご記入の上、お申し込みください。

※先着500名で締め切りとさせていただきます。お送りいただいた個人情報は、公開講座の運営に限り、使用いたします。

ご本人の同意なく第三者に開示・提供する事はございません。なお、聴講券または落選通知の発送は3月上旬頃を予定しております。

応募締切：申込先着順で定員に達し次第、締め切らせていただきます。

申込み先

〒770-0005

徳島市南矢三町3丁目11-23 医療法人 睦み会 城西病院 地域連携室

TEL 088-631-0181 FAX 088-631-0186

E-mail johseihp@johsei-hp.jp

住所	氏名	電話番号
〒_____		
〒_____		
〒_____		
〒_____		
〒_____		