

2022 統合医療セミナー

回数	日程	テーマ	担当
1	4月9日	話題提供(受講生2人)、食事療法	吉村
2	5月14日	話題提供(受講生2人)、呼吸療法	吉村
3	6月11日	話題提供(受講生2人)、運動療法	吉村
4	7月9日	夏の薬膳	瀧沢・吉村
5	8月13日	リフレ	瀧沢・吉村
6	9月10日	リフレ	瀧沢・吉村
7	10月8日	秋の薬膳	瀧沢・吉村
8	11月12日	話題提供(受講生2人)、免疫療法	吉村
9	12月10日	冬の薬膳	瀧沢・吉村
10	1月14日	冷え症、温活療法	吉村
11	2月11日	体質改善のための生活習慣・ツボ	吉村
12	3月11日	春の薬膳	瀧沢・吉村

※話題提供：自分の健康法・養生法、健康にまつわる反省・失敗など

目標：「自分の健康は自分で守る」ための一次予防の大切さを学び、また自宅でも簡単にできる養生法を学ぶ。

日程：毎月第2土曜日を基本とする

時間：10:00～12:00

受講料：12回分 40,000円（教材費・試食 or 試飲を含む：44,000円）

単回受講：4,000円（教材費・試食 or 試飲を含む：4,400円）

※受講料は現金或いは振込（みずほ銀行、池袋西口支店 日本統合医療学園 普通 1499700）