

第四回 5月31日(水) 15:00~16:30

題目：
太極拳で健強に美しく

内容：
太極拳の運動は神経、呼吸、血液の流れ、消化器系、内分泌、骨格、筋肉などに非常に良い促進効果があると期待されています。その健康法について紹介します。

講師：孫 建明

中国武術八段・日本武術太極拳連盟強化委員会ヘッドコーチ・株式会社太極坊代表取締役社長。プロとして北京武術チームに所属し、吳彬先生に師事。多くのアクション映画に主演、出演する。1986年来日。日本武術代表チームのコーチとして、世界武術選手権大会や全アジア武術選手権大会など数多くの国際大会で日本チームを引率し、多くのメダリストを輩出している。



第五回 6月7日(水) 15:00~16:30

題目：
**東洋医学で考える
腸内環境の作り方**

内容：
免疫力の70%は腸内細菌に依存しています。病気を予防する免疫力を鍛えるにはまずは腸内環境を見直すべきでしょう。2000年以上前から東洋医学では肺と大腸は表裏関係と考えており、免疫の基本は内臓にあると考えられていました。今回は、癌や生活習慣病・アレルギー疾患など現代病を予防するための腸内環境づくりを一緒に東洋医学で考えていきたいと思います。



講師：西野 裕一

株式会社誠心堂薬局代表取締役・薬剤師・鍼灸師・国際中醫師認定A級・北里大学薬学部卒・東京医療福祉専門学校鍼灸科卒・一般社団法人日本中医学会評議員・世界中医学連合会常務理事・中国漢方普及協会会長。漢方・鍼灸をはじめとする中医学の有用性を啓発・普及させる活動に尽力。著書多数。

中華養生
シリーズ講座
第二弾

無
入
料
場

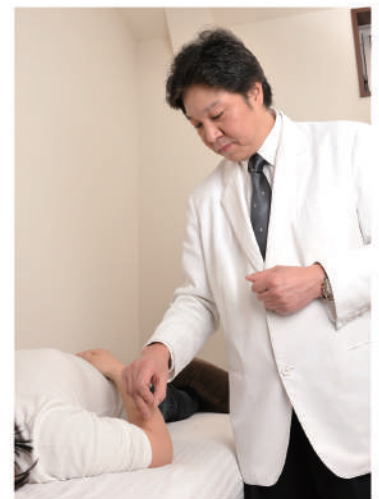
第六回 7月26日(水) 15:00~16:30

題目：
からだの痛みを防ぐ、治す

内容：
からだの痺れ、痛み悩まされている人がたくさんいます。痛みの種類はさまざまです。中国医学から見た痛みとその原因についてご紹介します。当日は、時間の許す範囲で針の体験を予定しています。

講師：賀 偉

北京生まれ。中国初の針灸の人間国宝である父・賀普仁に師事し、1989年来日。東京医科歯科大学大学院で予防医学専攻、早稲田医療専門学校卒業。厚生省(現・厚生労働省)の鍼灸資格取得。2001年、精誠堂鍼灸治療院を開院。2016年5月精誠堂鍼灸マッサージ治療院(飯田橋院)を開院。



中華養生シリーズ講座 参加申込書

参加希望の回に✓をおつけください。

- 第 4 回： 5月31日(水) 15:00~16:30
- 第 5 回： 6月 7日(水) 15:00~16:30
- 第 6 回： 7月26日(水) 15:00~16:30

フリガナ 氏名		性別	男・女
電話番号			
メールアドレス			
その他参加者氏名			

【送付先】 中国文化センター行

FAX:03-6402-8169 / メール:info@ccctok.com

申し込み方法：

①新しいホームページより

トップ>イベント案内>講演会それぞれのページよりお申し込みください。

②メールまたはFAXより

この参加申込書をFAXでお送りいただくか、メールの件名を「中華養生シリーズ講座申込」にして参加者氏名、電話番号、メールアドレスと参加希望日を明記して info@ccctok.com までご返信ください。

ご一緒に来られる方がおられましたら、その方の氏名も明記ください。

問い合わせ先：

TEL：03-6402-8168（中国文化センター）

主催：中国文化センター、中文導報社、
（株）誠心堂薬局、株式会社太極坊、
精誠堂針灸治療院

会場：中国文化センター



- 日比谷線「神谷町」駅 4番出口より徒歩 約5分
- 銀座線「虎ノ門」駅 2番出口より徒歩 約7分

 **中国文化センター | 東京**
CHINA CULTURAL CENTER | TOKYO

東京都港区虎ノ門3-5-1 37森ビル1階
Tel:03-6402-8168 Mail:info@ccctok.com
Fax:03-6402-8169 HP:https://www.ccctok.com