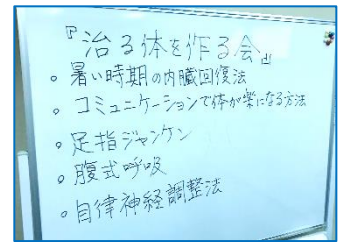


8月3日(土)

第12回「治る体をつくる会」

を開催しました

今回も患者様、お友達、ご家族
総勢6名(初参加2名)にご参加いただきました。
テーマ「**真夏に知っておきたい事**」に沿って
体が楽になるワークを楽しく行いました。



内容

- ☆暑い時期の**内臓回復法**
- ☆自分の**イメージコミュニケーション**で
体が楽になる方法
- ☆**足指ジャンケン**
- ☆冷え性予防の**指揉み法**
- ☆**腹式呼吸**
- ☆**自律神経調整法**



今回は参加者さんのリクエストにお応えして**冷え性予防**の
「足指ジャンケン+指揉み」をお伝えしました。
楽しく**大笑い**していつものごとくあっという間の1時間30分でした。
初参加の方はお二人ともに最近治療にみえ始めた方でしたが、
自分が作るイメージで相手の体が楽になるコミュニケーション法を
体感して頂きとても驚かれていました。
どんなに厳しい環境でも**自分の意識と行動で楽に過ごせる**ことを
理解して頂けたと思います。

次回は自分で出来る**「運氣アップ法」**をお伝えしますね。

次回は **10月5日(土)15時30分**から開催予定です
参加希望の方はお早めにご連絡ください。

早い者勝ち!



11月2日(土)16:00~17:30 板橋区中台【延命寺】さん主催
「お寺で自分と向き合う会」を開催します
こちらの参加希望の方も受付け中で〜す♪

