



防災ママ かっさ 講習会

日頃の家族の健康管理、人とのコミュニケーション術、災害時の子連れのママは避難弱者にならないコツとすぐ使えるかっさの技、知識を伝えます。

時間

8月30日(水) 10:00~11:30

場所

東京ボランティアセンター 会議室

(東京都新宿区神楽河岸1-1 セントラルプラザ10階 JR 飯田橋駅西口から2分

HP: www.tvac.or.jp

参加費

1000円 (テキスト代込み)

定員

30名

申込先

家族を幸せにする☆iCassa 愛かっさ☆

TEL: 080-3357-5688

Email: info@icassa.jp

HP

www.icassa.jp



かっさとは

かっさは中国伝統家庭健康法です。牛の角でできたヘラで体のコリをほぐし、体がぽっかぽかになり、体温上がり、血行促進、免疫力を高めるとつながります。頭痛、不眠、肩こり、眼精疲労、体のむくみ改善にとっても好評です。

たったかっさヘラー一本で避難所の「自助」と「共助」に役に立ちます！