

市民講座

“すきさん”の子育て養生

～親がゆるめば子どもゆるむ～

お灸と養生のTwitterで人気の“すきさん”が
子育て世代の養生法を伝授。

しんどさをつくらないちょっとしたコツとは？
忙しい子育て中に自分をいたわるには？

子育て支援に携わる医療・福祉従事者にも
知ってほしい東洋医学の知恵とアイデア。



講師 **すきさん**

(鋤柄誉啓)

お灸堂 院長

鍼灸意匠研究会 会長

講師プロフィール

鍼灸師。京都でお灸専門のサロンを開院。

“すきさん”のネームで発信しているTwitterはフォロワー4万人以上。
著書に『ゆるませ養生』(大和書房)、『ほどよい養生』(学研プラス)など。

オンライン
開催 (Zoom)

ライブ **2023年3月5日(日)13時～15時**

アーカイブ配信* **3月6日(月)～3月19日(日)**

* 会員限定講座の配信はありません

参加費**

一般：**2,500円**

HART関東会員：**500円**

** 配信視聴費を含みます（配信のみ視聴も同額）

お申込み

- 受付期間：2月25日(土)まで
※定員(80名)に達し次第、締切
- HART関東ホームページ
<https://hart-kanto.com/>
のお知らせページ
または、右QRコードよりお申込みください。



■会員限定講座■

「災害支援・子育て支援Q&A」
15時～16時

経験を共有して
あなたの活動に活かそう！
施術はどうする？
誰と、どう繋がる？
自分に何ができる???

HART関東



私たちは、鍼灸マッサージによる災害支援、子育て支援を行うボランティア・チーム
です。年3回の講座開催を通して災害支援や小児臨床の研修を行っています。
支援活動への関心と良心のある方は資格を問わず参加できます。

問合せ info@hart-kanto.com HP <https://hart-kanto.com>

