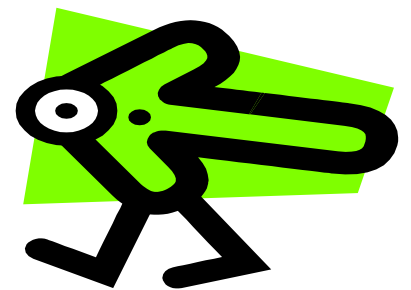


# 健康つぼ愛好会

## 主な活動内容

- 民間療法として行われてきた「ツボ療法」の実施
- 各種養生法(ヨガ、整体操、呼吸法など)の実施
- 健康フォーラムの実施により食(食事)、息(呼吸)、動(動き)、想(こころ)環境のバランスの大切さを学ぶ機会をつくる

私たちこんな活動しています!!



## ~会員からメッセージ~

「ツボ療法」各種健康法の啓発により「自立型健康管理」を目指し、地域住民の健康増進を

