

アクティブシニア講座

参加無料

※要申込

冬の凝り固まったココロとカラダをほぐしませんか

～東洋医学や身体心理学から学ぶ

コミュニケーションと健康～



令和7年

3月5日（水）

午後2時～4時

会場：中地区公民館4階 講座室

対象：40歳以上の方・テーマに興味のある方

定員：24人

講師 剣持太智さん 赤ひげ整体院 院長

■お問い合わせ ※お電話でもお申し込みいただけます。

詳しくは裏面をご覧ください

中地区公民館(平日9時～17時) tel: 025-250-2910

講師紹介



剣持太智 (けんもち だいち) さん

村上市出身。リハビリテーション専門学校鍼灸学科卒

鍼灸師(国家資格)
整体師(歴21年)
赤ひげ整体院 院長
NPOおやこ整体協会 理事長
整体スクール赤ひげ塾 塾長

年間1000名以上の施術を行なう傍ら、全国で整体師の養成を行なう。これまでに育成した整体師は100名を超え、海外からの受講生も受け入れている。
他にも、小学校などで「おやこ整体教室」、助産師会主催「夫婦整体教室」、300名規模の講演会の主催など、地域貢献活動にも力を入れている。活動が新潟日報・NHKなどでも取り上げられる。

「健康の自由を取り戻すことで、人生をより自由にする事」をモットーに活動。コミュニケーションの土台にあるのは自身の心身との対話だと私は考えます。
自分自身との適切なコミュニケーションがあってはじめて他人との健全な関係が築けます。
まずは自分自身を知り、認めて、生まれた余裕や優しさを相手に分けてあげる。
「触れる」という事を通じて心と体をほぐすコミュニケーションと一緒に学びましょう。



■申込期間

1月20日(月)9時～
2月14日(金)正午まで

お申し込みはコチラ⇒

新潟市オンライン申請システム
(e-NIIGATA)



※応募者多数の場合は抽選です。
※抽選結果はメール、または郵送等でお知らせします。
※2月25日までにお知らせが届かなかった場合は問い合わせください。



■会場案内

中地区公民館

(新潟市東区古川町4番12号)

- 無料駐車場97台
- 公共交通機関のご案内

新潟駅前発

- ①『臨港線』『空港・松浜線』
末広橋下車 徒歩3分
- ②『河渡線』
紡績口下車 徒歩7分
- 区バス
③『河渡ルート』
山の下庁舎前 徒歩1分

■お問い合わせ

中地区公民館(平日9時～17時) tel:025-250-2910