

妊婦さんとお母さん
赤ちゃんのための
簡単舌はがし講座

舌はがしとは何ぞや？

舌の周りの癒着(くっついていっているところ)をはがして 舌が自由に動けるようにして
舌を本来あるべき位置に持っていき 体の機能を最大限に発揮する方法です。
続けてやっていると 食べる、排泄する、運動する、考えるが
一生 幸せに出来る 秘技です。

舌はがしは、生きる上で必要でない人は居ません。
赤ちゃんの頃からしておけば 大人になって大変な事をしなくても
正常に育ってくれるので 子育ても楽になるんです☆

妊婦生活8ヶ月になりました。【やってよかった舌はがし】を実感する毎日です。
お風呂に入ったらず舌はがしをしています。やらずには快適生活が送れないからです。
私の体験をシェアすることゝ 舌はがしが体にどんな効果があるのか 説明していきます。

プロフィール

秋保 良子 (鍼灸師) あきほ鍼灸院 院長
大阪府柏原市在住
とても面倒くさがり屋なので 鍼より手軽なお灸が大好きで
鍼灸の専門学生の頃からお灸を多用しています。



2018年3月16日(金)
10時から12時
場所：奈保町集会場
会費：3,000円
申し込み：石井助産院
(0742-26-3581)

持ち物：卓上の鏡

★13時から15時まで(予約要)

秋保先生の舌はがしセルフケアチェック
(個人セッション)が受けられます。

15分：2,000円(母だけ、母と子)

★13時から 目のお灸 体験 説明付き
10分：1,000円。

★個数限定で販売もいたします。

目のお灸 10回分のお灸付き 3,500円

目のお灸 20回分のお灸付き 4,000円

炭のお灸は 20個で500円です。

目のお灸セット 5個

前回2/19(月)に平井幸祐先生に
「舌はがし」のお話をさせていただきました。
今回、平井先生のおっしゃっていることを
シンプルな図解で説明していただきます。
さらに、自信を持って「舌はがし」が出来るよう
になると思います。

石井希代子