

4/26 (土)

13:30~

参加費無料

妊婦さんのための お灸教室

妊娠中の体をお灸でやさしくケア

～おうちでできるセルフケアを学ぶ「お灸教室」～

妊娠中の腰痛・むくみ・冷え・・・
そんな妊娠中のママの体を楽にする、お灸を
使ったセルフケアを学びませんか？
「お灸って難しそう…」 「熱くないの？」
「安全に使えるの？」
そんな不安を解消しながら、ご自宅でできる
簡単なお灸ケアを楽しく学べる教室です✨

講座内容

- お灸の安全な使い方
- 妊娠中に効果的なツボを紹介
- 実際にお灸を使ってみよう！
- 自宅でできるセルフケアの案内
- そのほか、お悩みに応じたケアや、
産後に役立つケアの紹介もします
(おっぱいの出が良くなるツボなど)
- 質問タイム

開催日：4月26日(土)

13:30～14:30

場所：親愛産婦人科 3F さくらルーム

対象：当院受診中の妊娠24週以降の方

定員：10名

参加費：無料

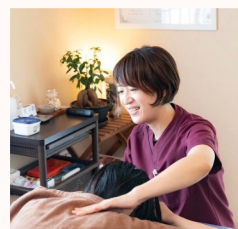
予約方法：オンライン予約システムにて

- 足首・手首が出せる服装でお越しください
- お付き添いの方、お子様連れのご参加はできません。
- 当日は、3階さくらルームに
直接お越しお上がりください。

講師紹介

尾崎麻衣

鍼灸師。
一般の施術はもちろん、
マタニティ・産後ケアも
行う。二児の母としての
経験も活かし、ママたち
の体と心のケアを大切に
しています。サロンは託
児もあり。



Instagram 公式LINE



鍼灸サロン おざき

姫路市大津区平松51-10