

きゅうしょくちゅう かた かい
求職中の方のためのピアサポート会

せんになたいそう
～ 仙人体操 ～

こんかい こうし まね せんになたいそう
今回は講師を招いて仙人体操をします。

せんになたいそう ふる つた でんとういがく
仙人体操はタイに古くから伝わる伝統医学のひとつです。

きも からだ うご ころ からだ ととの
気持ちよく身体を動かして、心と身体を整えましょう。



こうししょうかい
講師紹介

せんじん かく ざくく やぬし よしおがこういちろう
仙人の隠れ家極 (Goku) 家主 吉岡宏一郎さん

せんになたいそうしゅうとく ほんば りゅうがく
仙人体操習得のため本場タイに留学。

おかやまけん ひろしまけん ちゅうしん せんになたいそう こうし
岡山県、広島県を中心に仙人体操の講師やマツ

サージ、ダイエット相談など健康な身体づくりの

アドバイザーとして活躍中。OHKの「金バグ」

などテレビ番組にも取り上げられた。

にちじ れいわ ねん がつ にち か じ じ ぶん
日時：令和5年6月20日(火)14時～15時30分

うけつけじかん じ ぶん
受付時間：13時45分～

ばしょ けんこうふくし かい けんしゅうしつ
場所：くらしき健康福祉プラザ 2階201研修室

ていいん めい
定員：10名

さんかひ むりょう うご ぶくそう
参加費：無料 動きやすい服装でおこしてください。

も もの の もの ひつきようぐ ひつよう かた
持ち物：飲み物・筆記用具、(必要な方)ヨガマットやバスタオル

ちやくよう すいしよう
※マスク着用を推奨します。

さんかもう こ ほうほう
■参加申し込み方法

ど でんわ もう こ くだ
6/17(土)までに電話・E-mail でお申し込み下さい。

と あ もう こ さき)
【問い合わせ・申し込み先】

くらしきしょう しゃしゅうぎよう せいかつしえん たんとう あだち もりさだ いわもと なかはら
倉敷障がい者就業・生活支援センター(担当 足立・森定・岩本・中原)

でんわばんごう
電話番号 086-434-9886 E-mail syugyo@kgwc.or.jp