

R8 YH カルチャースクール

「今日からできる！耳つぼで美と健康」



<日時・場所>

令和8年7月18・25日(土)10:00~11:30

とこなめ市民交流センター・会議室

<講師>

山岡 彩さん(EJA 耳つぼジュエリー協会認定耳つぼセラピー・講師)

<参加者>(定員 15 名)

18 日 12 名 3 名欠席

25 日 12 名 3 名欠席 (18歳以上の人)応募27人

<事業内容>

- ・心のバランスを整え、おしゃれを楽しみながらセルフケアをする
- ・自分の体に意識を向けるきっかけづくり

<講座を終えて> ※参加者アンケートより

- 先生は耳つぼだけでなくもっともっと広いテーマで【健康】を普及してくれているのだなと感じました。
- 先生も優しくて面白くて説明もわかりやすくて良かったです。日常に取り入れたいと思います。
- 先生の実際の体験から、改善したと聞いてすごく勉強になりました。話を聞いて楽しかったです。笑顔も素敵でした。