

*何に効くの？

瘡の虫・中耳炎・喘息・アトピー性皮膚炎・夜尿症・便秘・食欲不振など小児の慢性疾患全般に効果があります。

*まずは専門医に診ていただくことが大切ですが、普段からご家庭でスキンタッチを実行することによって、治療効果が上がります。

*これらの中で特にスキンタッチ法が得意なのは、『瘡の虫(かんのむし)』です。

※ただし、38℃以上の発熱・ひきつけ・骨折・脱水症などの際は速やかに専門医を受診してください

かんのむし

*瘡の虫とは？

子供の成長の過程で精神と肉体のバランスが崩れてしまった時におこしやすい、夜鳴き・イライラ・かみつき・驚きなどの精神不安定症状から、便秘・下痢・食欲不振などの身体症状まで、東洋医学ではひろく捉えて「瘡の虫」といいます。



東京スキンタッチ会 青山定期教室



スキンタッチ会は
子育てを応援するために立ち上がった
鍼灸師の自主グループです

東京スキンタッチ会

<http://tokyo-st.jp/>

スキンタッチとは～？

「スキンタッチ法」は、皮膚をなでたりこすったりする軽いツボ刺激健康法です。

ご家庭でお子さんの健康管理・健康増進をと、古来から行われている「小児はり」をアレンジしました。ご家庭でも手軽に出来るように、スプレーン・歯ブラシ など身近にあるものを利用します。

国家資格を持つ鍼灸師達が、「スキンタッチ」を親子支援に役立てようと、全国で「スキンタッチ教室」の活動を行っています。

「東京スキンタッチ会」では、首都圏を中心に活動を行っています。



*なぜ効くの？

*つぼを刺激します

人の体には300以上のツボがあり、1つ1つが脳や内臓につながっています。ツボを刺激することにより、脳や内臓の働きをよくし、精神的・肉体的発達を促進します。

*リラックス効果

体の表面を軽く刺激することで血流がよくなり、風呂上りのように全身がリラックスします。リラックスすれば、交感神経と副交感神経のバランスが整います。

「青山定期教室」

東京スキンタッチ会では、毎月2回、青山ウィメンズプラザにて、スキンタッチ定期教室を行っています。

毎回の担当講師は、全員、当会の正会員で、各自の講習会を受講し、さらに日々研鑽を積んでスキンタッチに精通した、個性豊かで、知識や経験も豊富な鍼灸師たちです。

教室でのひとときが、日々の子育てに役立つ新しい発見の場になることを心から願っています。



*会場

東京ウィメンズプラザ第三会議室(和室)



150-0001 東京都渋谷区神宮前5-53-67

*日程

毎回木曜日 10時15分～11時30分

*プログラム

1、講義

- ①スキンタッチとは
- ②なぜ効くの？
- ③何に効くの？

2、実技

- ①器具の使い方
- ②お父さん、お母さんの手で練習
- ③一連の流れを確認
- ④実際にお子さんへ

3、個別指導

それぞれのお子さんに対する個別相談をお受けします

*参加費

初回1000円 2回目以降は500円です。

*持ち物

金属製のティースプーン、歯ブラシ、下に敷くバスタオルをご用意ください。

*お申し込みは…

aoyama@tokyo-st.jp

*その他詳細は「青山定期教室HP」をご覧ください。

<http://tokyo-st.jp/aoyama/>