

# 暮らしに活かす 漢方まるごと体験会

～薬剤師×鍼灸師が伝える漢方養生 お灸・ツボ押し・漢方茶～

疲れが抜けない、眠りが浅い、気分がすっきりしない。  
病院に行くほどではないけれど、ずっと続く「なんとなく不調」。  
このセミナーでは、薬剤師が漢方の考え方や季節の養生をやさしく解説。  
さらに、漢方茶の試飲や鍼灸師によるお灸・ツボ押し体験を通して、  
忙しい毎日でも自分でできるセルフケアをお伝えします。  
日曜日のひととき、カラダと向き合い、整える時間を過ごしてみませんか。

◆日時／令和8年3月15日(日)

14:00～16:00

(受付開始：13:30～)

◆募集定員／30名 (先着順)

◆参加費／無料

◆場所／やまぐちヘルスラボ (メディフィットラボ3階)

◆構成

○漢方の基礎知識【座学】

○お灸・ツボ押し体験、漢方茶の試飲



岡村祥平さん  
(やまいち漢方薬局)



大坪皆江さん  
(だるま鍼灸院)

◆対象／

- ・高校生以上
- ・やまぐちヘルスラボ会員又は会員登録していただける方  
※会員登録がお済みでない方は、応募していただくことで  
会員登録を行います。(会員登録：無料)

◆特典／漢方茶、漢方のど飴、お灸

◆主催／やまぐちヘルスラボ・山口県・山口市

やまぐちヘルスラボ  
健康講座

