



セミナーで学び、ストレッチで体感

Gold Seminar 全 11 回

「健やかに生きる秘訣」 教えます

申込
受付中

毎月開催

講師：医師 松本有記



お茶付き勉強会と実践ストレッチがついたお得なセミナー

「健康になるための医療」を長年追求し続けてきた現役医師・松本有記による、楽しくて、ちょっぴり本格的なセミナー＆ストレッチ教室 2020 年 1 月より開催いたします。

穏やかな午後のひととき…心地よい天然素材の空間でほっこり一息つきながら、知れば知るほど、ためになって興味深い健康知識と一緒に学んでみませんか？

日 時：月一回 金曜日 午後 14 時 30 分～ 16 時 30 分頃（年間 11 回開催予定・8 月はお休み）

定 員：12 名 **事前申込制**

場 所：松本有記クリニック待合室

参加費：各 1 回ごと 12,000 円（税抜）／ 1 年間セット価格 108,000 円（税抜）

◆申込は先着順、年間セットの方が優先となります。

◆1 回参加後に、残りを年間セットでお申込の方は、割引価格にてご案内いたします。

●原則、入金後の返金は致しかねます。●万一悪天候や当方の都合等により催行日が変更となる場合は、予備日を 8 月 28 日に設けております。また年間セットにてお申込時に、上記のような都合により不催行が生じた場合は、1 回あたり 9,800 円（税抜）ご返金いたします。



Q. どのように申込みできますか？……Web またはメールやお電話、院内にて直接お声がけください。

Q. どのように支払いできますか？……お支払は事前精算です。プリペイドは使えません。

Q. 当日参加はできますか？……空席があれば当日参加も可能です。

Q. どんな服装がいいですか？……どんな服でも大丈夫です。

Q. 申込の後欠席した場合は？……欠席された回をクリニックにてビデオ鑑賞できます。

お申込み・お問合せ

松本有記クリニック **email: info@dryukismethod.com TEL: 0797-32-7755**

セミナー詳細は
裏面へ



セミナーで学び、ストレッチで体感する

各回では茶話会形式の気楽に参加できるセミナーと、ご自宅でもできる簡単な実践的ストレッチの指導、質疑応答を含む 120 分でプログラム構成されております。

ご興味のあるテーマの単発申込みも可能です。詳細はお問合せください。

年間プログラムスケジュール

1月	17日(金)	食事の仕方 栄養 ~ 食べ過ぎないためのコツ
2月	21日(金)	アンチエイジング ~ 認知症予防、いかに美と若さをキープするか
3月	13日(金)	春の過ごし方 ~ 花粉症対策、スッキリ春をスタートさせる
4月	17日(金)	休講
5月	15日(金)	新型コロナウイルス ~ コロナウイルスの実態および対処法
6月	19日(金)	メンタル ~ 身体が良くなると気分も良くなる カギは”おなか”
7月	17日(金)	毛細血管 ~ 細胞の命綱 毛細血管の大切さを知りゴースト血管対策を
8月	28日(金)	自律神経 (交感神経と副交感神経) のバランスの取り方
9月	18日(金)	血液データの正しい読み方 ~ 盲信してはダメ 血圧、コレステロール、糖尿病 etc
10月	16日(金)	漢方 陰陽五行論 ~ 宇宙、自然のしくみで健康がわかる
11月	6日(金)	漢方 五味論 知っておきたいトピックス ~ 風邪薬 = 葛根湯は昔の話?
12月	11日(金)	現代医療の問題と課題 ~ これからの医療とは~