

練功十八法による

心とからだの健康づくり講演会

呼吸の極意を学ぶ

NPO 法人日本健康づくり協会理事長 医学博士

講師： 永田 ながた 晟 あきら 先生

日時：平成 27 年 8 月 28 日（金）

会場：エル・ソーラ仙台・大研修室

仙台駅前アエル 28 階

* オフィス棟高層階用エレベーターをご利用下さい

【開場】13:00 より受付【開演】13:30～【閉演】15:30

会費：800 円（当日） 要事前予約

お問い合わせ・お申込み先 070-6953-8885 長沼

主催：NPO 法人日本健康づくり協会 宮城県支部

本協会は練功十八法の日本での普及活動を本場中国練功協会より

委託、公認された NPO 法人です

協力：健康呼吸体操・練功十八法の会

永田 晟先生 医学博士

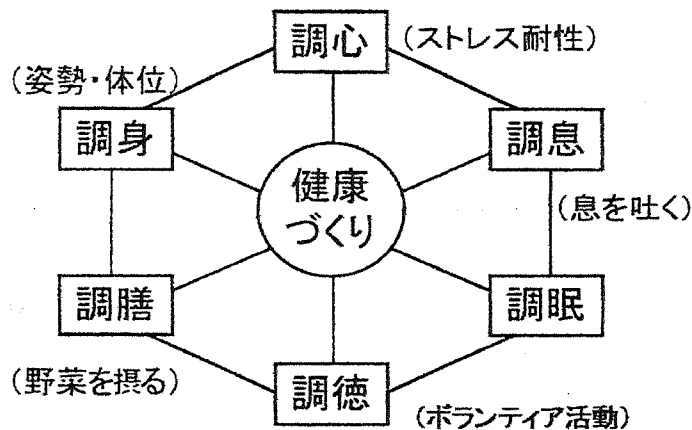
NPO 法人日本健康づくり協会理事長

NPO 法人日本大衆音楽協会最高顧問

コンピューター利用のバイオフィットネステストのシステム化など運動生理の研究で知られている。

富山県国際伝統医学センター研究室長を経て、2002年より現職。この間、アメリカのサウスカリフォルニア大学やボストン大学神経・筋研究所などに留学

【NPO 法人日本健康づくり協会理念】



【NPO 法人日本大衆音楽協会】

カラオケを主体とする大衆音楽の文化的向上と発展を目指し、その組織化を図ることを目的として、日本大衆音楽協会が誕生。

【富山県国際伝統医学センター】

世界中の伝統医学を調査研究する機関。

伝統医学一般に関して知識を有している現代医学の医師は希。伝統医学は、単にハーブを使ったり、健康食品を使ったりするものではなく、理論的な生命観にもとづいてトータルに人を観て、治療だけでなく、予防さらには健康増進を、肉体レベルだけでなく心と心の奥の領域に対して行うシステムを持っているということを理解している医師は希であろう。漢方医学以外を研究する公的機関としては日本では希。

【永田先生著書】

息を吸って吐くという呼吸運動は、自律神経系を介してじつは内臓の働きや血圧などに大きく影響を与えています。呼吸と健康の関係を科学的に解き明かし、さらに心身のバランスをベストな状態へと導く究極の呼吸法を紹介した本・「呼吸の極意」。

他「図解呼吸の真髄コツのコツ」「呼吸の奥義」「運動の科学的基礎」など、著書多数。