

「総合指導」のススメ！

こんなすごい方法があったなんて・・・まずはお勧めします！

●「総合指導」とは、オーダーメイドの健康指導です！

氣道でお伝えしている自分で行うアプローチ
（〔健康法のエッセンス〕＝

うん（運動法）、こ（呼吸法）、よく（入浴・皮膚法）、し（食事法）、よう（様々）
の内「よう（様々）」を除いた健康法を総動員して「あなたに合った健康法」をお伝えし、
体や心を改善することを目的としております。
ですので、行う内容は、受ける方のお体の状態によって変わります。

目の温湿布や操体法など様々なご自身で行うアプローチは色々ありますが、
ある程度まで改善できても、根本的な改善にはつながらない場合があります。
また、症状を大きく改善したいけど、
何を行えばよいのか分からない方も多いのではないのでしょうか？

その様な時は、幾つかのアプローチを組み合わせると、
短期間に変えることが出来るのです。



●「総合指導」の凄いところは・・・

- ・全てのアプローチが心地良い！
- ・簡単にできる！
- ・自分に合った健康法を受けることができます！
- ・自分に合った健康法を覚えることができます！
- ・覚えたエッセンスは、
身近な方にも伝えられるようになります！
- ・体の声を聴けるようになります！
- ・様々な症状に活用できます！

★更にこの様な活用も出来ます★

※0（ゼロ）リングであなたに合った食事の指導
（「し」（食事法））も受けることができます。

※MBB（マインドブロックバスター）等、心理的な
アプローチも受けることができます。

*0（ゼロ）リングや心理的なアプローチは、担当者が
限られておりますのでお問合せ下さい。

つまり、健康指導を受けながら、
自分で行う健康法を覚えることができ、
さらに、
身近な方にもシェアすることが
出来るようになります。
「家族や身近な方の健康指導者」にも
なれるのです。

今まで一つ一つのアプローチを
個々に覚えていたのが、
総合指導ですと、
驚くほど短時間に身につきます。

（しかも、受ければ受けるほど健康度がアップし、
あなたに合った様々な方法がマスターできます！）

自分の身体は自分で整えたいと思う方や、
自分に合った健康法を知りたい方に、
お勧めします！

例えば、こんな感じで行います。

① まずは、『骨格（背骨&骨盤）の調整』を行います。

…………… 〈うん（運動法）&こ（呼吸法）からのアプローチ〉

- (1) まずはあなたの体の状態を「**観察**」（問診も含めて）します。
- (2) 続いて「**操体法**」により骨格の歪みを気持ちよく楽に整えていきます。
（行い方は実に簡単！その日から自分で行うことが出来ます。
しかも1日1分間。それも就寝前に布団の上で出来ます）
- (3) 2回目以降はさらに簡単で効果の高い「**内感運動**」や、
何の努力も必要なしにあらゆる心身の異常を改善できる「**自動運動**」も教われます。



※行う内容は、お体の状態により変わりますが、
最初の数回は、「操体法」「内感運動」「自動運動」をお伝えすることが中心になります。
（それらをすでにご存じの方は、さらに様々なメソッドや行い方のコツを学んで頂けます）

② つぎに『内臓の調整』を行います。

…………… 〈よく（皮膚法）からのアプローチ〉

- ★ ガンをはじめとする難症の方やあらゆる慢性病に卓効のある「**アイロン療法**」により、
さらに自律神経系のバランスを回復することが出来ます。
（「筋肉のこわばり」も取れます。）



③ 最終的に『仕上げの微調整』を行います。

…………… 〈「氣」からのアプローチ〉

- (1) 「**愉氣**」によって、仕上げの微調整を行います。（「氣」による調整）
- (2) 最後にどれだけ変化したかの「**観察**」を再び行い終了します。
- (3) 「**宿題**」（日常で行うと良い健康法）をご紹介します。
（リクエストがあれば「**視力回復法**」「**しみ取り体操**」「**やせる体操**」「**0リングテスト**」etc.も指導します）



- 時 間：50 分程度（1 時間枠）
- 料 金：一般 1 万 2 千円/会員 8 千円（佐野は 1 万円）
- 担 当：指導者（長谷川代表は除く）
- ご予約：道場ご来場時、またはお電話のみにて承っております。
- 問合せ：氣道協会事務局（☎045-261-3300）までご連絡下さい。