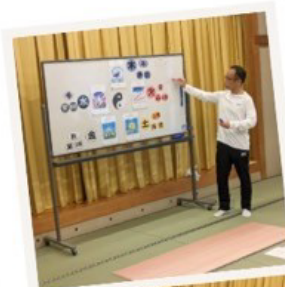


# ～ 身体で感じる陰陽五行～ 火・夏編



4月21日（日）、長生村で行われた五季のワークショップ

「身体で感じる陰陽五行」火・夏編は、長閑な自然を感じながら、体を動かし経絡を整えるストレッチを楽しんだり、一緒にタッチケアを学んだ素敵な時間でした。

参加者の皆さんからは、「体が軽くなった」「ポカポカしてきた」

「簡単にできるから続けられそう」「肩がスッキリした」といった

感想が寄せられ、陰陽五行を暮らしに取り込む面白さも

再確認できたことと思います。

次回、7/6（土）に開催予定の「五行の土用編（土）と秋（金）」も、さらに楽しみです。

