

標題 : 書記局さわやか月間・2023公開講座
押せば命の泉湧く～気軽に元気にツボ講座
発信番号 : 自治労発2023第0796号
発信日付 : 2023年6月16日
宛先(団体) :
宛先 : 各県本部委員長様
送信者(団体): 全日本自治団体労働組合
送信者 : 中央執行委員長 川本 淳

連日の取り組みに敬意を表します。

さて、自治労は6月を「書記局さわやか月間」として、誰もが働きやすく、立ち寄りやすく、そしてハラスメントのない書記局づくりに取り組んでいます。

今年も、さわやか月間の最終週にあわせ、全国の組合事務所・書記局からアクセスできる昼休み公開講座を行います。今回はNHKやTBSテレビなど「元気のツボ」コーナーなどに出演されていた邱淑恵(キュー・スーエ)先生をお招きし、座りながら健康増進に役立つツボ講座を行っていただきます。

6月26日(月)、12時から1時間程度、昼休みの時間帯にウェブ配信しますので、休憩を取りながら、またお弁当を食べながら、役職員による積極的なご視聴をお願いいたします。詳細は以下の通りです。

記

1. 配信日時 2023年6月26日(月)12:00～13:00

2. 配信方法

<zoom>

<https://us02web.zoom.us/j/81147337337>

ミーティングID: 811 4733 7337

パスコード: 410108

※こちらから参加者の方を指名するなどは想定していませんが、ツボ押しを行っている皆さんの様子を先生からも見えるように、zoomの方はできればご自分の画面をオンにするようお願いいたします。

<YouTube> zoomでのアクセスが困難な場合は、YouTube配信もご利用できます。

<https://youtube.com/live/C9B5yEnR66U?feature=share>

3. 講演内容

椅子に座ったままでもできるツボ講座を基本としますが、場合によっては立ってツボを刺激することもあります。

4. 講師

邱淑恵(キュー・スーエ)さま

1949年台湾生まれ。台湾省栄民総医院鍼灸センター王英文先生に師事。1974年、東京教育大学でツボ・針を研究。1990年代、TBS「ビッグモーニング」、NHK「土曜元気市」などでツボコーナーに出演、教育テレビ「健康つぼ体操」を3年間にわたり担当するなど、ツボを通じて全国の健康増進に努めています。

先生にご講演の依頼などがある場合は、総合政治政策局(03-3263-0274、担当:ヤロシュ)までご連絡ください。

5. 講演資料等(ご準備いただきたいもの)

とくにプリントアウトまでは必要ありませんが、耳のツボについて参考資料を添付します。

また可能であれば洗濯ばさみ(普通の形状のもの)を2個、小銭で16円(10円、5円、1円だまで)とセロハンテープをご用意ください。

必ずしも必要ではありませんが、講演で使う可能性があります。

6. その他、この件に関するお問い合わせは、総合政治政策局(03-3263-0274、担当:ヤロシユ)か総合企画総務局(03-3263-0262、担当:角本)までご連絡ください。

添付ファイル :
耳つぼ.pdf