



日本ホリスティック医学協会 仙台事務局主催

いのちを育む・いのちの源

『呼吸』



耳鼻咽喉科医・自然療法医師

朴澤 孝治



呼吸の先生

加藤 俊朗

ストレスの多い現代社会で生きることに息苦しさを感じている方、様々な心身の症状にお悩みの方、『呼吸』に意識を向けてみましょう。私達にはホメオスタシス（恒常性）が本来備わっています。

薬に頼らず、こころとからだを健やかに保つ呼吸法は、自然治癒力を高め、自律神経を整え、心身の調和をはかります。呼吸を知る事で生命エネルギーが満ちあふれる幸福な生活へ変わっていくでしょう。

日本を代表する詩人の谷川俊太郎氏に長年にわたり呼吸を指導している「Kato メソッド呼吸法」を、一緒に体験する、いのちを育む『呼吸』セミナーです。

□ 開催日時：2015 年

10月24日（土） 13：30～16：00
（開場：13：00）

□ 料金 前売 会員：2,000 円 一般：3,000 円
（当日券＋500 円販売が無い場合もございます。）[定員 260 名]

□ 会場：仙台市医師会館 2F ホール

住）仙台市若林区舟丁 64-12

いのちを育む・いのちの源『呼吸』

【第1部】呼吸のメカニズムを学ぼう

耳鼻咽喉科医・朴澤先生が呼吸のメカニズムと自律神経との関係を医学的に解説します。



朴澤 孝治 (ほうざわ・こうじ)

医学博士 / 朴澤耳鼻咽喉科・
統合メディカルケアセンター
Tree of Life 院長 / 日本ホリスティック医学協会理事 /

東北大学病院臨床教授 / 日本気管食道科学会評議員 / 日本耳鼻咽喉科学会専門医 / 日本ホメオパシー学会医師部会長 / 英国ホメオパシー学会認定医 / 日本アロマ環境協会アロマテラピーアドバイザー
ハーバード大学医学部留学後、東北大学助教授、仙台社会保険病院院長補佐歴任後、現職。震災後、医療セミナー（地震酔い、震災後の心と体の不調をのりこえましょう、呼吸を知ろう・感じようなど）開催。震災後の心・体の治療を積極的に行っている。

●朴澤耳鼻咽喉科 <http://hozawajp/>

【第2部】実践 Kato メソッド呼吸のレッスン

なぜ呼吸が大事なのか、生きる力、生命の源である呼吸の大切さを伝えます。参加者全員で kato メソッドの呼吸法レッスンも体験しましょう。



加藤 俊朗 (かとう・としろう)

Kato メソッド代表、日本ホリスティック医学協会会員 /

1946 年、広島生まれ。国際フェルデンクライス連盟認定公認講師。厚生労働省認定ヘルスケア・トレーナー。産業カウンセラー。横河電機グループや医療法人などを通して、加藤メソッドのレッスン全国各地で開催。2013 年アメリカ、ロサンゼルスで呼吸のレッスンを行った。日本を代表する詩人の谷川俊太郎氏に 10 年以上にわたり呼吸を指導している。著書に『呼吸の本』（詩人 谷川俊太郎氏との共著 サンガ）、『呼吸が〈こころ〉と〈からだ〉をひらく 加藤メソッドでラクに生きる』（春秋社）、『恋愛呼吸』（中央公論新社）、『呼吸の教科書』（中経出版）、『呼吸法健康術入門』（宝島社）

●加藤俊朗 Official web site 息にいきる <http://katotoshiro.com/>

2015 年 10 月 24 日（土）13:30～16:00（開場 13:00）

□ 会場：仙台市医師会館2F ホール 仙台市若林区舟丁 64-12

仙台市営地下鉄「河原町駅」北 1 出口徒歩 3 分

※駐車場はございませんので公共交通機関をご利用ください。

□ 料金：会員 2,000 円 一般 3,000 円（税込 / 当日 + 500 円）

※満席の場合、当日券は販売致しませんので、事前申込みをお勧めします。

当日、日本ホリスティック医学協会に入会された方は、参加費が会員価格（1000 円返金）となり、入会金 2,000 円が免除されます。

※生活習慣病予防指導士の方は、当セミナー参加により3単位が取得できます。



チケットは、以下の仙台市内 4 か所いずれかで直接、または TOL 通販サイトでご購入頂くことができます。

■ 統合メディカルケアセンター Tree of Life / 仙台市青葉区国分町 2-14-18 定禅寺パークビル 3F TEL: 022-397-8337

(店頭/通販サイト)

■ 株式会社ヨーガライフシステムコンサルタンツ / 仙台市青葉区中央 4-7-25-1102 TEL: 022-346-6478

(店頭)

■ Office Thyme (オフィス タイム) 宮城県仙台市泉区高森 8-15-1 TEL: 022-378-0832

(店頭)

■ 仙台三越 本館地下 1F プレイガイド

(店頭)

TOL ONLINE SHOP

<http://store-tol.com/>

参加申込み E-mail: holi_sendai@holistic-medicine.or.jp FAX: 022-272-0818

フリガナ お名前	TEL	FAX
ご住所		
E-mail	お振込み予定日 / 月 日	
チェックを入れてください。		
☐ 日本ホリスティック医学協会会員 (会員 NO.) ☐ 非会員 (一般)		

【お申込方法】 上記事項をお書きのうえ E-mail、または FAX でお申込み下さい。

お申込み後、参加費を下記の郵便振替口座にお振込みください。振込締切 10 月 16 日

■ 郵便振替 02290-7-89353 (口座名義: 日本ホリスティック医学協会仙台事務局) ※通信欄に「10/24 参加」とご記入ください

※ ご入金確認後、参加チケットを発送します。ご入金がない場合はキャンセルとなりますのでご了承ください。

※ 時間割や内容は一部変更になる場合もありますのでご了承下さい。※ご入金後のキャンセルによる返金は致しかねます。

【主催】NPO 法人日本ホリスティック医学協会 仙台事務局 E-mail: holi_sendai@holistic-medicine.or.jp