

健康気功・中国式健康術★ 太極拳・太極扇★

ここでしか
学べない!

上海中医薬大学付属日本校で勉強
陳式太極拳传承人第13代目講師が教える!

クラス	曜日	時間	講師	時間・回数
健康気功・中国式健康術	木	18:30～19:45	吉田 慧華	75分×20回
太極拳・太極扇 (入門編)		19:55～21:10		

場所★岡崎市民会館リハーサル室第3号室

対象★年齢不問、中学生以下は親同伴で可

定員★各20人(抽選)

講師★OIA会話講座講師 吉田慧華氏

受講料★一般 22,000円(20回分)

OIA会員 17,000円

(別途OIA年会費3000円が必要です)

※受講料の返金はいたしません。

★スケジュール★

令和8年 7/2, 9, 16, 30,

8/13, 20, 27, 9/3, 10, 17,

10/8, 15, 22, 29, 12/3, 10,

令和9年 1/7, 14, 21, 28

健康気功・中国式健康術

健康気功、ストレッチ、ツボ押し、ツボ叩き、大衆ダンス、体質別対応法、薬粥・薬茶の作り方等。体を動かし健康な体作りをしながら、健康に役立つ情報もお伝えします。

太極拳・太極扇

太極扇(たいきょくせん)は、扇を持って太極拳の動作を作る運動です。2000年以降に普及した新しい武術で、主に健康管理や体力増進、とりわけ気血の流れ、筋力強化を目的としています。中国では太極拳の流れるような動作に華やかな扇の開閉や技を組み合わせた太極扇をよく見かけます。OIAの講座では太極拳と太極扇を合わせて学ぶことができます。扇は初回必要ありません。講師から扇についての説明をさせていただきます。

申込方法

●はがきでお申込みの場合：

①郵便番号 ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤性別 ⑥電話番号(自宅・携帯・FAX) ⑦クラス名

⑧連絡の取りやすいE-mailアドレスを記入し、

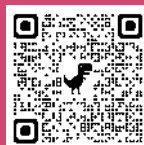
〒444-8601 岡崎市役所多様性社会推進課内 岡崎市国際交流協会「中国文化講座」係まで。

●申込フォームからお申込みの場合：

必要事項を入力し送信してください。

●締切り 令和8年5月25日(月) ※はがきの場合は当日必着

申込みはこちら →



問合せ：岡崎市国際交流協会(OIA)

〒444-8601 岡崎市十王町二丁目9番地 岡崎市役所多様性社会推進課内

Tel (0564)23-6644 Fax (0564)23-6626 月～金(祝日を除く) 8:30～17:15