

快ラボ・ふくしま2023

今回の『快ラボ・ふくしま』では、テーマを「快医学と養生」とし、保養の必要性を提唱するドキュメンタリー映画「かくれキニシタン」と、福島県内各地から主旨にご賛同くださる店舗様の出店、ゲスト様によるパフォーマンスが見どころの「快ラボ・マルシェ」をお楽しみください！合わせて、快医学の実際をぜひ体験してみてください！

会場

銀河のほとり 福島県須賀川市滑川東町327-1

6.24^{Sat}-25^{Sun}

6.24^{Sat}

症例検討会

予約先
(要予約) 10~17時 090-6226-3716 (いのまた)
17~22時 090-6450-4498 (ひるた)
時間: 15:00~18:00

概要: 快医学の現場の症例紹介、快医学ならではの病気回復の体験談、病気自慢など
報告者: 野本美保 我妻啓光 橋本俊彦 他
参加費: 3,000円
定員: 25名 会場: 銀河のほとり/食堂

夕食交流会

予約先
(要予約) 090-6450-4498 (ひるた)

時間: 19:00~
参加費: 3,000円 会場: 銀河のほとり

6.25^{Sun}

快医学講座

予約先
(要予約) 10~17時 090-6226-3716 (いのまた)
17~22時 090-6450-4498 (ひるた)
時間: 11:00~12:00 入門編
13:00~15:00 体験会

概要: 11:00~12:00 入門編
伝統医学、自然医学、近代医学のよいところを組み合わせ「誰もが実践できる自然療法」の入門講座。
13:00~15:00 体験会
操体法、内臓温熱療法、頭蓋仙骨手当法、ライフエネルギーテストを体験します。
講師: 野本美保、我妻啓光、橋本俊彦
(講師のプロフィールは裏面をご覧ください)
参加費: 3,000円
定員: 20名
会場: 銀河のほとり/食堂



映画上映会「かくれキニシタン」

時間: 11:00~12:30 第1回
13:00~14:30 第2回

私たちは誰と、どんな社会で暮らしたいのだろう。保養をテーマに福島の現状を知る70分。映画の後、監督の関久雄さんや出演者を交えて交流を行います。

参加費: 500円 定員: 20名 (入れ替えあり) 場所: 銀河のほとり/銀河の蔵2階

保養相談会

時間: 11:00~15:00

保養とは、からだを休ませて健康を養うこと。
震災後に活動を始めた全国の保養団体が夏の福島に夏の保養情報を届けます。
全国から10団体がやってくる！

参加費: 無料 場所: 銀河のほとり/入り口

快ラボ・マルシェ

時間: 10:15~15:00 (10:00開場)
場所: 銀河のほとり/庭

- 飲食店
- 銀河のほとり (玄米ごはんスペシャルメニュー)
 - 空色カフェ (スリランカピリヤニ)
 - エリカキッチン (三五八カレー)
 - マハウツカイノオモイツキ (豆乳チャイ)
 - ミクロカフェ (コーヒー)
 - ぎんが日月 (そば)
 - 菜食 cafe ametsuchi (vegan フード、焼き菓子)
 - 秀ちゃん楽農園 (おむすび、おやき、ワッフル、農産加工品)
- 物販
- エクリューイースト (米粉パン、菓子)
 - 西郷ゆば工房 (在来種大豆の豆腐、ゆば)
 - 夢工房 (木工品)
 - 那須野が原生きものネットワーク (野菜)
 - あさかの CSA (野菜)
 - みんなの EM ステーション (EM 活性液)

魂揺さぶる和のライブ

時間: 10:40~13:10

- 和太鼓...大河内正紀さん
- 篠笛...石井勇喜さん
- コカリナ...コカリナ隊のみなさん
(各1,000円以上の投げ銭をお願いします)

詳しくは、
SNSで
お知らせ!

主催: 快ラボ・ふくしま実行委員会

お問合せ: 実行委員長 蛭田和代 090-6450-4498 / 橋本俊彦 0263-75-8608

協力: NPO法人ライフケア / NPO法人快医学ネットワーク /
銀河のほとり/こおりやま子育ての会

お問合せは蛭田個人の
ショートメール、右記QRより
Facebookメッセージ、
InstagramのDMからも可



● タイムスケジュール

	6.24 sat	6.25 sun	6.25 sun	6.25 sun	
		快医学講座	映画上映会	保養相談会	快ラボ・マルシェ／ライブ
10:00					10:00 開場
11:00		入門編	第1回		和太鼓…大河内正紀さん 篠笛…石井勇喜さん コカリナ…コカリナ隊のみなさん ※詳しくは、SNSでお知らせ!
12:00					
13:00					
14:00		体験会	第2回		
15:00					
16:00	症例検討会				<p>かいいがく 快医学とは？</p> <p>伝統医学・自然医学・近代医学の良いところを組み合わせ、『子どもから大人まで実践できる方法』として【体系化した自然療法】です。 自分の呼吸(息)・食べ物(食)・身体の動かし方(動)・思い(想)・環境(環)を整え、健康で自由に、本来の自分を生きることを目指す現代の養生方法です。</p>
17:00					
18:00					
19:00	夕食交流会				

● 6/25 「快医学とは？」講師紹介

橋本 俊彦



1956年福島県生まれ。長野県松本市在住。鍼灸師。快医学講座を信州、福島、名古屋などで開催。まつもと子ども留学基金理事として保養リトリート事業を展開。

我妻 啓光



1989年に快医学を学び、その素晴らしさを伝えるためにタイを中心にアジアの伝統医療と交流を続けている。様々な健康講座を全国で開催している。

野本 美保



1960年生まれ。26歳で快医学に出会い、ウリウ治療室のスタッフになる。後に鍼灸師の資格と取得。埼玉と香川でれんげそう庵を営む。香川、岡山で保養に関わる。

● 6/25 映画上映会(料金500円)



「かくれキニシタン

— 声をあげる10年目の福島 — 69分

保養とは、放射線量の低い所で心身の健康を取り戻していく活動。原発事故後、全国で行われてきたが、2020年からのコロナ禍で激減。その中でも保養を行ったNPO法人ライフケアの活動を通して見えてきた、福島の中にある対立と分断。私たちはどんな社会で生きていきたいのかを追ったドキュメンタリー映画。

監督／関 久雄

2011年から被災者支援、保養に取り組む。2012年の「灰の行進」をきっかけに、詩を書いて「福島いま」を記録している。佐渡ヶ島の古民家「へつづいの家」で通年保養を実施。2020年、自作の詩と山本宗輔氏の写真のコラボ本「なじよすべ」出版。NPO法人ライフケアの代表理事。

● 6/25 保養相談会 (無料)

この夏の保養について各地の受入れ団体(北海道、新潟、長野など約10団体)が来て説明します。日程、内容、費用、送迎など何でもお答えしますので、お気軽にご相談ください。なお、会場には全国からの保養情報のチラシを置いてありますので、お手に取ってください。

快ラボ協賛金のお願い



- 1口 1,000円(何口でも可)
- 振込先
大東銀行(0514)深沢支店(039)
普通 3003129
こおりやま子育ての会
代表 猪股 美奈

東日本大震災・原発事故後から実施してきた快医学を被災地に広める活動は今年で12年目を迎えます。

大きな災害では正確な情報と対処の智慧、それらを共有し、互いに助け合うコミュニティの存在が大切になります。

これからも快医学の普及活動、コミュニティサロン事業、保養活動などを通しセーフティネットの構築を目指していきます。

「快ラボ・ふくしま」はその活動の一翼を担う位置付けとして実施します。

皆様からのご支援、どうぞよろしくお願いいたします。