

医学的・美容的に  
どんなに良いか知ってからの

# スロージョギング®



日時

**2026年5月24日（日）**  
**9:40 ~ 13:30**

場所

**ドーンセンターと大阪城公園**

講師：佐藤紀子

（日本スロージョギング協会アドバンス認定インストラクター）

参加費：**3000円**

主催 **TAO**東洋医学研究会

全年齢対象の  
イベント

## 日本発祥

医学的根拠に基づく  
健康に良い  
美容に良い  
頭が良くなる

## 世界44カ国 海外でも脚光

年齢関係なし  
誰でもできる  
どこでもできる

## こんな人に

体力低下を感じている方  
健康診断の結果が気になる方  
もの忘れが気になる方  
いつまでも健康でいたい方に  
超オススメ！

## 天候関係なし

雨天の場合は屋内予定  
運動ができる服装  
運動靴でお越しくだい

屋外の場合  
暑さ対策お忘れなく



## 第22回 スロージョギング®詳細



**場所** 大阪府立男女共同参画・青少年センター（ドーンセンター）の 視聴覚スタジオ（5F）  
大阪市中央区大手前1丁目3番49号

大阪メトロ谷町線「天満橋駅」・京阪本線京阪電鉄「天満橋駅」下車、徒歩 350m程

### スケジュール

- 9:40～9:50 オリエンテーション
- 9:50～11:30 スロージョギング講義
- 11:30～13:30 大阪城公園で実技
- 13:30 頃 解散



### 申し込み方法

下記の申し込み用紙に記入の上、FAX、電話、メールにて申し込み後に参加費を下記口座へ振り込みをお願いいたします。メールの場合は必要事項を文面に記載してください。お振込みを確認させていただきましたら受付完了と致します。なお、振込料は各自でご負担ください。

下記のQRコードからの申し込みも可能です。

ふりがな		生年月日	年 月 日
お名前		電話番号	
FAX 番号		携帯電話番号	
E-mail	※0(数字ゼロ)とO(英字オー)、1(数字イチ)とI(大文字アイ)、i(小文字アイ)、l(小文字エル)、及びパーの上下位置は判別困難な場合がありますので明瞭にご記入頂きますようお願いいたします。		
住所	〒		
職種(所属先)			

### 申込先

TAO(タオ)東洋医学研究会事務局  
 神奈川県藤沢市片瀬 4-17-15  
 電話/FAX 0466-50-7839  
 ✉ tao@t-bb.jp

### QRコード



### 振込先

みずほ銀行 藤沢支店  
 普通 4182437  
 口座名 TAO 東洋医学研究会  
 (タオトウヨウイガクケンキュウカイ)

### TAO (タオ) 東洋医学研究会とは

歯科医療従事者が中心となり東洋医学を勉強しているグループです。健康に過ごすために必要なことは何か?と考えて、それは「運動だ!」となり2年前からスロージョギングセミナーを開催しております。健康に過ごしたいと考えている方なら、**どなたでも参加OK**です。おひとり様参加・家族での参加もOK。大勢でセミナーを受けたほうが楽しいのでご参加ください。「TAO 東洋医学研究会」をYouTubeで検索してみてください。勧誘・物販はありません。スロージョギングを楽しみましょう!!