

2026. 퇴근학습길 프로그램 강의계획서 (하반기)

프로그램	귀로 배우는 내 몸 셀프케어, 이혈테라피			
소 개	이혈테라피는 귀의 반응점을 활용해 건강관리를 돕는 보완요법			
목 표	-귀와 신체의 긴밀한 연관성을 이해한다. -증상별 귀의 반응점(혈자리) 위치를 알고 직접 적용할 수 있도록 한다. -귀에 있는 반응점을 활용해 셀프케어방법을 익힌다.			
기대효과	건강한 셀프케어 습관 형성 / 스트레스 관리와 심신의 이완에 도움			
프로그램 정보	기간	2026. 9. 9.~10. 21. [수요일 / 19:30~21:30]	회차	6회[총 12시간]
	장소	뜰안에작은나무 작은도서관	주소	원미구 지봉로 122-1, 2층 [역곡역 2번출구에서 직진, 농협사거리에서 우회전 후 150m. 역곡역에서 약 500미터]
	대상	성인	인원	12명
	재료비	38,000원 (기석, 핀셋, 자료)	준비물	필기구
	강사명	정숙영	이메일	gkong1@naver.com
학습 결과물				
				

프로그램 세부 내용

차시	날짜	주 제	세부내용
1	9.9. [수]	귀, 내 몸의 건강 지도	- 이혈테라피의 이해 - 귀와 신체의 상관관계, 이혈테라피 체험
2	9.16. [수]	맑은 피부와 또렷한 얼굴선, 기분 좋은 하루	- 얼굴에 해당하는 귀의 부위 - 피부 컨디션과 턱선 관리를 위한 혈자리 실습
3	9.30. [수]	상쾌한 머리, 가벼운 하루	- 두통과 스트레스 관리 - 뇌 건강과 귀 혈자리, 귀 셀프 마사지 실습
4	10.7. [수]	숨 쉬기, 편한 하루	- 호흡기와 면역 관리 - 감기 예방과 비염 완화를 위한 귀 혈자리 실습
5	10.14. [수]	빠른 몸을 풀어주는 하루	- 목·어깨·허리·무릎에 해당하는 귀의 부위 - 근골격계 건강을 위한 혈자리 실습
6	10.21. [수]	속 편하게 보내는 하루	- 소화기관과 귀의 반응점 - 소화불량 등 소화기 건강을 위한 혈자리 실습