

2019 第 370 回

生活習慣病研修会

10 月 9 日 (水)

(一般の方向け)

未病対策（治未病）とセルフメディケーション ～軽度の不調は自分で治しましょう～

情報化社会と言われて久しく、多くの情報が飛び交う中で、「未病」や「セルフメディケーション」ということばを、1 度は耳にされたことがあるのではないのでしょうか。今回はまず、本来の未病の意味と超高齢社会にふさわしい未病対策（治未病）について、ご紹介します。続いて、未病対策の一環ともなりうる「セルフメディケーション」について、軽い不調の際、具体的にどのように取り組むのがいいのか、いかにご自身の健康をご自身で守るかのポイントを薬剤師の立場からお話します。健康寿命はもとより、幸福寿命を延ばすことを目指して、軽くからだを動かしながら、楽しい時間をお過ごしください。

講 師：杉本 幸枝 先生

(株式会社キリン堂 未病医療サポート室 室長)

司 会：木戸 友幸

(ジェックス参与)

日 時：2019 年 10 月 9 日 (水)

午後 2 時～3 時 30 分

場 所：ジェックス研修センター

大阪市淀川区西中島 4-6-17

新大阪シールビル 4 階

受講料：無料

会員でない方：500 円

申込は不要です。

直接会場にお越し下さい。

(大阪府薬剤師会生涯教育研修制度認定研修会《5 単位》)

※大阪府薬剤師会会員の方は受付で薬剤師章をご提示ください。

主 催

公益社団法人

臨床心臓病学教育研究会

(ジェックス)

大阪市淀川区西中島 4 丁目 6-17

Tel: 06-6304-8014

Fax: 06-6309-7535

