

2023年 10月7日(土) 12:30~ (受付開始 12:00)

会場

山梨県立大学看護学部(池田キャンパス)4号館4階講義室



申込

- ①申込フォーム(右QRコード読み取り)
- ②メール hakujuu@yamanashi-ken.ac.jp
- ③返信はがき(本誌同封)

のいずれか

〆切 9月30日

講演会のお知らせ

♪ 統合医療・心身のサインに適したケアを ♪

日時: 2023年10月7日(土) 13:30~16:00(総会后)

場所: 山梨県立大学池田キャンパス4号館4階講義室

昔は四季折々に合ったライフスタイルで、その季節にできた自然の恵みをいただくことで私たちは健康を維持してきました。ですが、ストレスの多い現代社会では、それがなかなか実践しにくい状況となっています。本来、人として持っている体温調節や免疫の力が弱まり、知らず知らずのうちに体調を崩してしまいます。

まずは自分のタイプを知って、未病のうちに養生するコツを知っていきましょう。



講師: 船戸博子先生
船戸クリニック医師。漢方が専門。ひとりひとりの症状やお悩みに合わせた食養生の提案をするパーソナル薬膳会が人気。「あなたがあなたらしく生きる場所」として、"Villa CAMPO" をオープン。