

2019年度 市民大学（前期講座）カリキュラム

一般コース／課題解決分野（地域課題）

7 東洋医学で実践する“健康の秘訣”

いつまでも元気でいるヒントを学びましょう【神奈川衛生学園専門学校協力講座】

東洋医学の基礎を話しながら、病気の予防やフレイルの予防、健康を維持するための様々な知恵を伝えていきます。家庭で使える内容を東洋医学のプロからできるだけわかりやすく伝えます。

*実際に少し動いたり、ペアになりツボ等押しあうような実践をすることがありますので、動きやすい服装でお願いします。

【目的】身近にある東洋医学の理解を深め、豊かで健康な生活を送るための知識・手法を楽しく学び、フレイルの予防を目的とします。

時間	10:00 ~ 12:00			会場	生涯学習センターまなびかん 5階 大学習室	
回	年月日	曜	内容	講師名(敬称略)		
1	2019/05/22	水	東洋医学の健康観について	兵頭 明		
2	2019/06/05	水	東洋医学による認知症の予防と実践	兵頭 明		
3	2019/06/19	水	東洋医学による認知症へのアプローチ	兵頭 明		
4	2019/07/03	水	ツボの極意(1)	飯野 享		
5	2019/07/17	水	ツボの極意(2)	飯野 享		
6	2019/08/07	水	綺麗な姿勢と息遣い(1)	内田 真弘		
7	2019/08/21	水	綺麗な姿勢と息遣い(2)	内田 真弘		
8	2019/09/04	水	東洋医学による生活習慣病の予防と実践	田山 盛二		
9	2019/09/18	水	東洋医学による腰痛・膝痛の予防と実践	田山 盛二		
10	2019/10/02	水	健康寿命を延ばすためには	新井 恒紀		

兵頭 明	学校法人後藤学園 中医学研究所所長
飯野 享	神奈川衛生学園専門学校 東洋医療総合学科 学科長補佐
内田 真弘	神奈川衛生学園専門学校附属はりきゅう臨床施設 横浜国際プールはりきゅうマッサージ室室長
田山 盛二	神奈川衛生学園専門学校 東洋医療総合学科 主事
新井 恒紀	学校法人後藤学園 理事・神奈川衛生学園専門学校 学校長

備考 [予備日] 10/16(水)

◇教室の開場は講義開始時刻の30分前です。開始時刻までにご着席願います。