

横浜薬科大学 市民公開講座 (オンライン)

第42回

日々の健康維持・増進に、少しでもお役に立つ情報を…
薬学部の先生が市民の皆様にお届けする講座です。

令和6(2024)年

10月15日^火 10:00 ~ 11月18日^月 17:00

第1部

「東洋医学の叡智：ヘルシーエイジングの秘訣」

近年「ヘルシーエイジング」や「サクセスフル・エイジング」、「アンチエイジング」という言葉が増えています。皆さんは100歳まで現役でいたいという願望はお持ちでしょうか？健康で優雅に長生きするためには、どのような生活習慣と食生活が理想的なのでしょう？本講座では、東洋医学の視点からエイジング（老化）のメカニズムを理解し、ライフスタイルや食生活など、ヘルシーエイジングに必要な知恵についてお話します。



講 師：漢方薬学科 漢方薬物学研究室 教授 諭 静

最終学歴：東京大学大学院
専門分野：東洋医学・
加齢（老年）医学

第2部

「がんに関する正しい情報の調べ方」

いまや日本人の2人に1人はがんになる時代です。
あなたやあなたの家族が「がん」と診断されたらどうしますか？
世の中には、「奇跡の〇〇、私は△△で完治した！」のようながんの情報で溢れています。がんの情報は玉石混交で、不安や落ち込んだ時に適切な判断ができません。そんなときの対処方法と正しいがん情報の調べ方を紹介します。

講 師：実務実習センター 准教授 佐竹尚子



最終学歴：千葉大学大学院
専門分野：臨床薬学・医薬品情報学

期間中は終日、講座をネット配信します。（何度でも無料で受講可能）

【申込み】 本学HP (https://www.hamayaku.ac.jp/form/index.php?c=mail_form_1&mail_form_pk=43)

【締切り】 令和6(2024)年11月15日(金)12:00

【ご案内】 お申込み受付後、受講要領を記載したメールを本学から返信
※数日経過しても返信メールが届かない場合は問合せ☎まで

【問合せ】 ☎：045-859-1300 横浜薬科大学 市民公開講座係

✉：shimin.kouza@hamayaku.ac.jp

