

# 秋冬の健康講演会

～漢方の知恵で秋冬を

元気に過ごしましょう～

秋から冬は寒暖差や気圧の変化が大きくなり、自立神経の乱れや乾燥が気になる季節。抑うつ感や、肌トラブル、冷え性に悩まされる方も多くなります。東洋医学では、古来より自然と人間との結びつきについて沢山の研究がなされてきました。秋・冬の季節の特徴を学び、食生活、心構え、そして秋・冬のトラブルを緩和する漢方薬について講演していきます。



## 講師紹介



秋本 佳媛 (あきもと よしえ)

中国瀋陽市生まれ。  
医学博士・医師(中国)、鍼灸師(日本)。  
遼寧中医薬大学医学部を卒業後、  
病院で臨床医として勤務。  
更なる知識探求のため日本へ留学、  
2004年東京医科歯科大学先端医療

開発学系脊椎椎髄神経外科学講座にて博士号を取得。  
2006年～2013年9月 遼寧中医薬大学日本校にて中医学  
非常勤講師を兼任。  
2013年10月より日本中医薬研究会専任講師に就任。



中山 貴央 (なかやま たかお)

県立宇都宮高校を卒業後、  
星薬科大学へ進学。  
ドラッグストア、調剤薬局での  
勤務ののち、中医学の研修塾に  
入塾し研鑽を積む。

25歳で天明堂薬局を引き継ぎ、婦人科専門の相談薬局を  
スタート。  
現在、全国実力薬局100選『子宝部門』を連続受賞。  
趣味は筋トレ・バスケットボール。



## 講演概要

日付 / 2019年 10月 26日 (土)  
時間 / 09:45～12:00 (開場 9:30)  
身近にある食材を用いて体質毎の  
秋・冬の食養生も一緒に学んでいきます。

場所 / 宇都宮市文化会館  
栃木県宇都宮市明保野町7-66

参加費 / ￥1,500 嬉しいお土産付！  
お申込 / お電話にてお申込みください

☎028-622-5975



主催・問い合わせ先  天明堂薬局 (URL:<http://www.tenmeido.jp/>)  
〒320-0038 栃木県宇都宮市星が丘2-9-25 ☎028-622-5975