

参加
無料
(事前申込制)



冷え対策
漢方薬試飲
&
アンチエイジング
丸剤手作り体験

第151回中国理解講座

漢方入門

～冬の身体トラブル改善～



講師：池谷 幸信 氏
(第一薬科大学薬学部 教授)

講座内容：

冬の特徴は、寒くて乾燥していることです。雨が少なく、空気が乾燥するため、口や鼻の乾燥・咽喉の渇き・皮膚の乾燥などの症状が現れます。冬における冷え性についての実態調査では、78%の女性が冷えを感じると回答しています。主な冬の身体トラブルである冷え性、乾燥肌、風邪、肩こりの改善などは漢方薬が得意としている領域です。また、漢方医学は薬食同源の考えから発生した医学です。漢方の考えを活用しますと、冬トラブルに有効な食材が理解できます。冷え性、乾燥肌、風邪などの冬の身体トラブルに対して、自分の体質・症状に合った漢方薬や食材を見つけていただけるよう、漢方の基礎と冬トラブルに有効な漢方薬や食材をご紹介します。併せて、乾燥肌や冷え性に有効な漢方薬の実演をしようと思います。

実演：①漢方丸剤（乾燥肌、疲れ目、かすみ目、アンチエイジング効能）手作り体験
②漢方煎じ薬（冷えによる下腹部痛・腰痛・頭痛・しもやけへの効能）試飲

12/14
(土)

14:00～15:30

立命館大学
びわこ・くさつキャンパス
エポック立命21 K306

