

参加費無料・申込不要:どうぞ奮ってご参加下さい。

埼玉医科大学保健医療学部

公開講座のご案内(担当:健康医療科学科)

健康維持における治未病の重要性

—食品科学・産業保健・統合医療の立場から—

【趣旨】

現代社会は不快なストレスに満ちているために、自律神経のバランスが崩れ多くの社会人が交感神経優位の病気に悩まされています。この状態を放っておくと、いわゆる生活習慣病が引き起こされるため、それが発病する前の未病という段階で、健康に導くことが大切です。これが治未病法であり、今日、メタボ対策としての食事療法や運動療法、あるいは作業関連疾患の原因になるストレス要因の排除法や音楽療法などが大きな役割を果たすようになりました。

本講座では、健康を維持し充実した人生を過ごす上で大切な「安全な食品」や「快適な職場環境」、あるいは「音楽療法」についてお話をさせていただきます。

【対象者】(参加無料)

食事療法やメンタルヘルスあるいは職場の環境因子や音楽療法に関心のある一般の方々並びに医療関係者

【開催日時】

平成22年12月4日(土) 13時30分～16時10分

【開催場所】

埼玉医科大学 日高キャンパス 創立30周年記念講堂

(〒350-1241 埼玉県日高市山根1397-1, TEL: 042-984-4801:保健医療学部事務室)

【プログラム】 司会・進行:健康医療科学科教授・間瀬年康

開会の挨拶(5分) 健康医療科学科長・和合治久

1. 13時35分～14時25分

「健康の維持・増進と食品成分」 健康医療科学科教授・奥崎政美

2. 14時25分～15時15分

「職場を取り巻く健康問題とその対応」 健康医療科学科准教授・野寺誠

3. 15時15分～16時5分

「治未病における音楽療法の役割」 健康医療科学科教授・和合治久

閉会の挨拶

【問い合わせ窓口】

埼玉医科大学 保健医療学部 健康医療科学科

木村・宮嶋 (〒350-1241 埼玉県日高市山根1397-1, TEL: 042-984-4818)