

腸を元気にする一年に しませんか？

健康
みらい
教室

2人に1人が『がん』になる時代です。

男女のがん罹患率をみると、男性の1位「胃がん」、2位「肺がん」、3位「大腸がん」、女性の1位「乳がん」、2位「大腸がん」、3位「胃がん」(※女性のがん死亡率 1位が「大腸がん」という統計が出ており、男女ともに「大腸がん」が上位となってきています。

健康みらい教室では、『腸』をテーマに行っていきますので、これを機会に『腸』に関する知識と意識を高めていただいて、ご自身の『腸』の健康を守っていきませんか？

対象 40歳以降の女性で、腸の事でお悩みの方
(※各回定員10名で先着順になります)

参加費 各回当日支払い:2,000円 (薬膳調理実習は3,500円)
年間一括支払い:28,000円(30,000円→28,000円)

会場 みらい鍼灸整骨院 吹田市寿町1-3-16 ヤングバリー1F ☎ 06-6382-1941

13:00~ (約1時間から1時間半くらいの予定にしています)

※薬膳調理実習は11:00~(約3時間)になります。

※会場は後日連絡いたします。

年間スケジュール

日程	テーマ	定員
4月17日(水)	腸の構造と働き①	10名
5月15日(水)	腸の構造と働き②	10名
6月19日(水)	薬膳調理実習Ⅰ「腸の調子を整える」	10名
7月17日(水)	『腸内環境』について	10名
8月21日(水)	『便』について	10名
9月18日(水)	薬膳調理実習Ⅱ「便秘解消」	10名
10月16日(水)	『腸炎』について	10名
11月20日(水)	『過敏性腸症候群』について	10名
12月18日(水)	薬膳調理実習Ⅲ「下痢・軟便解消」	10名
1月22日(水)	『腸閉塞』について	10名
2月19日(水)	『大腸がん』について	10名
3月18日(水)	薬膳調理実習Ⅳ「腸内環境を整え免疫アップ」	10名

講師

【薬膳調理実習担当】



黒川真妃子先生

- ・国際中医薬膳管理師
- ・国際薬膳調理師
- ・中医薬膳指導士
- ・国際中医師

【座学担当】



石橋修平
みらい鍼灸整骨院

- ・はり師
- ・きゅう師
- ・薬膳プラクティショナー

※内容が変更になる場合がございます。