

生活習慣病と上手に向き合うために

— 仏教的な健康を手本として —

講師 = ^{マエザワ マリ コ}前澤真理子 (本学短期大学部教授)

時間 = 10:30 ~ 12:00

受講定員 = 20人

受講料 = 4,000円

テキスト：『養生の実技 つよいカラダでなく』五木寛之著（角川書店）¥720（税込）

〔第1回受付で販売します。〕

※テキストをすでにお持ちの方はご持参ください。

スケジュール

- ① 10月19日（月）生活習慣病について 総論
- ② 11月2日（月）糖尿病などについて 各論1
- ③ 11月16日（月）高血圧などについて 各論2

講座内容

生活習慣の変化と超高齢化社会の到来により、健康への配慮法は、大きく様変わりしています。

「治療の前の養生ようじょうが大切である」と説く五木寛之氏の本『養生の実技』を参考にしながら、まず、糖尿病（日本では予備軍を含めて2200万人超）、高血圧、高脂血症、痛風（高尿酸血症）など、生活習慣病に関する知識を整理します。そして、日進月歩の医療の現場から、それぞれの疾患の動向やトピックスについてもお話しし、皆さんと一緒に生活習慣病と上手に向き合う方法を考えていきたいと思ひます。

講師プロフィール

慶應義塾大学医学部卒業。医学博士。日本医師会認定産業医。東京都立大塚病院医長、神奈川県警友会けいゆう病院医長を歴任後、現職。大学では、こころと身体こころとからだのしくみ（介護福祉士養成）、精神衛生学などを担当。現在、医師会休日診療所や昭和大学病院（品川区）で、夜間や祝日の救急医療に携わっている。