

令和7年度 公開講座のご案内

私の未来を作るエイジングケア

～薬膳の知恵を味方に～

健康寿命が年々延伸している今、私たちはいつまでも健康であり続けるために
どのようにしたらよいのでしょうか。

今回は、アンチエイジングに関する基礎研究などを長年されてこられた喻 静 先生に、
中医学の立場から健康的に年齢を重ねるヒントや、若さと健康を支える薬膳の知恵など
エイジングケアの方法についてご講演いただきます。ご参加をお待ちしております。



講師：Yu Jing 喻 静 先生

横浜薬科大学薬学部 漢方薬物学研究室 教授
医学博士 中医師

NHK テレビテキストきょうの健康 2016 年「食養生の歳時記」他

❖ 令和7年10月19日（日） 14時～16時

（受付 13時30分より）

❖ 横浜市社会福祉協議会

横浜市社会福祉センター 4階ホール

❖ 参加方法 : ① 会場参加（定員 200 名） ② 録画視聴

❖ 会 費 : 会員 2000 円 一般 2500 円

❖ 申込方法 : 裏面に記載

❖ 申込締切 : 10月13日（月） 振込確認をもって受付完了

※受付完了後のキャンセル及び返金はお受けできませんのでご了承ください。

*体調不良などの場合には、当日の参加自粛をお願い致します。

主 催
後 援

薬膳健康づくり研究会

神奈川県

横浜市健康福祉局

社会福祉法人 横浜市社会福祉協議会

公益財団法人 かながわ健康財団

公益社団法人 神奈川県栄養士会



申請中