

鈴鹿医療科学大学市民公開講座

東洋医学で美を追求

開催日時 : 平成 24 年 **6 月 30 日** (土) 10:00~13:00

場 所 : **鈴鹿医療科学大学** JART 記念館 100 年記念ホール
〒513-0293 鈴鹿市岸岡町 1001-1 (近鉄千代崎駅より徒歩 13 分)

※駐車場がございますからお車でのご来場が可能です。

参加費 : 無料

昼 食 : 「美を求める」薬膳弁当+薬膳茶 料金 800 円
(希望者のみ) 当日は薬膳の説明もします。

先着 50 名様 ※要予約

※昼食は必ず学内でお召し上がりください。

演 題

10:05~10:25

ツボによる健康法

鈴鹿医療科学大学 佐々木 和郎先生

ツボとは何か、家庭でツボを活用した治療を行う場合の基本についてわかりやすく説明します。また、なぜツボを刺激するとなぜ効果があるのか近年、研究が進み解明されてきましたのであわせて解説します。

10:30~11:15

肥満についてどれくらい知っていますか？ 肥満の知って損しないお話

鈴鹿医療科学大学 本田 達朗先生

肥満はスタイルを気にする若い女性のみならず、中年以降の男性・女性にとっても健康問題の一つとなっています。そこで今回は、肥満についてやさしく説明し、さらに肥満にならない、肥満を解消するいくつかの方法をご紹介します。

11:20~12:00

健康的に美しくなろう、顔のツボ押しで たるみとしわを予防・改善しよう

鈴鹿医療科学大学 鈴木 聡先生

最近では、健康的に美しくなる治療方法として美容鍼灸が各種メディアやマスコミで紹介されています。新しいところでは『ザ・ベストハウス 123』(フジテレビ系列)で「20万人に聞いた、今、本当に使える小顔美容法!」として美容鍼灸が紹介されました。

本講座では美容鍼灸に基づいた誰でも簡単にできる顔ツボ刺激方法をマスターし習慣づけることでリフトアップの効果を引き出し、美しさに影響を与えるフェイスラインのたるみやスマイルラインの目立ちを予防・改善したいと思います。

主催 : 鈴鹿医療科学大学 鍼灸学科

お問い合わせ先 : 鈴鹿医療科学大学 (千代崎キャンパス) 庶務課

Tel 059-383-8991 Fax 059-383-9666 E-Mail: homepage@suzuka-u.ac.jp