

「お薬との上手なつきあい方と食事養生」講座

R4.9.15(木)・男女共同参画センター研修室



講師： 乾 康彦さん



お話しは、お薬を正しく飲む効用、コロナウイルス感染症の現状、どこの処方箋でも受け入れる広域調剤薬局の広まりの必要性から始まり、年齢とともに変化する女性特有の病気や症状について、薬膳など自然の素材や、食事などの養生で、自然治癒を目指すことの大切さをお話して下さいました。最後に、時間が足らず、「舌をみつめて」健康状態をチェックすることの大切さのお話しが途中切れとなってしまいましたが、知識豊富な講師のお話しを皆さん興味ありげに聞きいっておられました。

