

毎日の健康づくり・疾病対策で 自分で迷わず適切な選択をするために

ホントは要らないものもある!?

意外とカンタンに始められる!?

クスリとオーガニックの話

2018年 9月19日 (水)

午前 11時30分～

(11時開場 / 午後2時30分頃終了予定)

定員

40名様 (申し込み先着順)

定員になり次第締め切らせていただきます。
最終締切予定 8月31日 (金)

参加費

無料

(昼食付き：オーガニック弁当・お茶)

会場

大阪料理会館6階 会議室

(当組合入居ビル)

※組合員のご家族もご参加いただけます。

電話またはファクスで当組合にお申し込みください。

会場とお申し込みの詳細は裏面をご覧ください。

プログラム

〈1部〉

- クスリの話
 - ・必要な薬、不必要な薬の説明
- クスリに頼らない生活習慣 体験セッション
 - ・免疫力を高める呼吸法
 - ・胃の働きを良くするための正しい噛み方
 - ・風邪に強くなる歩き方 など

休憩

〈2部〉 昼食をとりながら

- オーガニックとは
 - ・知っておきたい基礎知識
 - ・オーガニックライフ体験談
- 気軽にオーガニック
 - ・身近で買えるものから始める方法



当日の内容とは異なります。

質問のコーナー

セミナーで気になったことに講師がお答えします。

〈1部講師〉

薬を無くす 顧問薬剤師

伊庭 聡 先生

クスリに頼らない生活を送るための「薬を選択する力、病気との付き合い方、継続する力」を伝える健康指導を行う。



〈プロフィール〉 幼少のころに脳内出血で入院、クスリの可能性に惹かれ薬剤師を志す。薬剤師として6年間大手調剤薬局勤務し、年間3万件以上の処方箋を扱うなか、クスリリスク、「病気=薬」とする医療の矛盾を変える必要性に気づく。薬局を辞め、インターネットからの情報発信や全国でのセミナー活動を通してクスリに頼らない選択を伝えている。各地の、薬を使わない医師と協力して講演活動をしている。これまでに講師としてのべ2万人の健康指導を通して多くの人の不必要なクスリを無くしてきた。

〈2部講師〉

TS企画

オーガニックプロデューサー
健康アドバイザー

國吉 浩之 さん

本当の安心・安全とは、健康なライフスタイルとはを追求し、飲食店や宅配弁当の現場から発信。



〈プロフィール〉 会社勤務を経験後オーガニックと出会い、世の中に当たり前流通している食品や日用品の危険性を知り転職。食品・日用品など身体に入れる全てのもの、肌に触れるものを替え、サプリメントを摂取していくなか、体質の改善を実感する。

8年間患ったバセドー氏病(甲状腺機能亢進症)の寛解、視力の回復、娘のアトピー完治などの体験を元に、社会に安心安全や健康を拡げる場として、TS企画が運営するオーガニック飲食店6店舗の展開や宅配弁当を手がける。



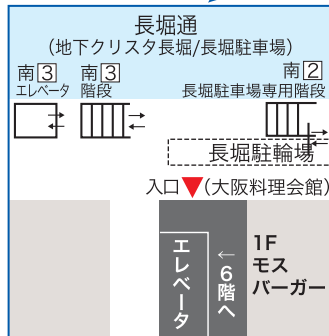
健康講座は、
疾病予防・健康増進を目的とした
当組合保健事業の一環です。

健康講座のご案内

会場

当組合の入居ビルです

大阪市中央区東心斎橋 1-1-10
大阪料理会館 6階
大阪食品国保会議室



■地下鉄からのアクセス

- ・御堂筋線・長堀鶴見緑地線「心斎橋」駅②番出口から徒歩5分
- ・堺筋線・長堀鶴見緑地線「長堀橋」駅⑤-A番出口から徒歩1分
- *上記各駅連絡地下街「クリスタ長堀」南③番出口すぐ

会場でみなさまの活動をご紹介します。

公演や展示会のチラシ、営業案内のパンフレットなどを販促物を前日までに組合へお届けくださいましたら、来場者への配布をお手伝いいたします。

お申し込みのご案内

電話またはFAXでお申し込みください。

FAXは、下記申込書をご利用のうえ、日中連絡のつく電話番号を記入してください。組合から受付完了の連絡をさせていただきます。

*定員数40名になり次第締め切ります。

最終締切は、8/31(金)です。

受付は先着順ですが、申し込み多数の場合は、組合員と組合員家族以外の参加をご遠慮いただく場合があります。あらかじめご了承ください。

※未就学児童の同伴はご遠慮ください。



電話受付 (06) 6261-9244 月曜日から金曜日 午前9時～午後5時

※8月13,14,15日(会館休館日)を除く

FAX申込書 送信先 (06) 6243-1136 (随時受付) ※切り取らずに送信してください。

ふりがな				<input type="checkbox"/> 組合員
お名前		男・女	____ 歳	<input type="checkbox"/> 組合員家族
				<input type="checkbox"/> その他
ふりがな				<input type="checkbox"/> 組合員
お名前		男・女	____ 歳	<input type="checkbox"/> 組合員家族
				<input type="checkbox"/> その他
ふりがな				<input type="checkbox"/> 組合員
お名前		男・女	____ 歳	<input type="checkbox"/> 組合員家族
				<input type="checkbox"/> その他
お申し込み代表者		〈保険証番号 芸国〉		
		TEL :	FAX :	

※受付後、講座前に参加証をお送りいたします。

11月10日(土)に毎年恒例の健康づくりウォーキング「歩く会」を行います。今回は「大阪府民の森 ほしだ園地」、国内最大級の吊り橋“星のブランコ”があるコースです。詳しくは次号の組合報でお知らせいたします。こちらもぜひご参加ください。

