

【 こころのくすり講座 】 第2弾 ～ からだのめぐり 整えよう ～

内容： 生理前にイライラしたり、調子を崩すことってありませんか？女性の身体はホルモンの変動によって、心も身体も大きく影響を受けてしまうんです。仕方がないとやり過ぎてしまわずに、からだのめぐりを整えれば、日常をもっと過ごしやすいことができるかもしれません。

今回は女性におこりやすい不調に着目し、心身のバランスを整える“漢方薬”についてのセミナーです。

- **日時：**2018年1月17日（水）12:45～13:45
昼食の持ち込み可、入退室自由です。
- **場所：**保健センター・特別修学支援室 D棟2階
- **対象：**南山大学に所属する大学生、大学院生、教職員
- **講師：**クラシエ薬品株式会社医薬学術部の方にお話をうかがいます。
- **備考：**セミナーは予約制です。

大切な人・身近な人の体調について理解を深めたい、という男性の方も大歓迎です



ご予約・お問い合わせは下記アドレスまでお願いいたします。

保健センター・特別修学支援室 ma-navi@nanzan-u.ac.jp

