

YouTube  
オンライン  
無料セミナー

# 私たちが伝えたい 中医学の知恵

## ～家族を守る漢方養生～

食事

からだ

LIVE

生活

習慣

癒し

毎年10月11日は「中医薬の日」。記念イベントとして、

今年は“楽しく学べる中医学セミナー”をお届けします。

実際に店頭で漢方相談にあたっている先生方がオススメする「イチオシの養生法」や「手軽にできるツボ押しのコツ」をはじめフリーアナウンサーの内藤裕子さんをお招きした中医学トークまで、コロナ禍を少しでも笑顔で過ごすためのヒントがいっぱいです。

日時

# 10/31 (日) 13:00~14:30

参加方法

YouTube Liveにて配信 [https://youtu.be/01ZR\\_3pxY0M](https://youtu.be/01ZR_3pxY0M)  
お申込みは不要です。  
上記 URL または QR コードからアクセスしてご視聴ください。



プログラム

13:00 ~ 13:02 開会あいさつ

13:02 ~ 13:05 ビデオメッセージ

13:05 ~ 13:30 **講演「健康に役立つとおき養生とツボ教えます」**  
講師：田中友也先生

13:30 ~ 14:30 **楽しくトーク「厳選！私の養生」**  
ゲスト：内藤裕子さん、倉田綾子先生、山本里佳先生



出演者 (順不同)



**内藤裕子さん** (フリーアナウンサー)  
1999年アナウンサーとしてNHK入局。『あさイチ』リポーター、『ニュース7』のキャスターなど、報道・生活情報番組を中心に18年間務める。現在はフリーで活動している。趣味はカレー(2018年「カレー大学院」首席卒業)。母の薦めで20歳から漢方に興味を持ち、漢方歴は20年以上。



**田中友也先生** (兵庫中医学研究会)  
鍼灸師、登録販売者、国際中医専門員。漢方にまつわる話をつぶやいているツイッターが大人気で、フォロワー数は12万人を超えている。著書に『おうち養生きほんの100 (KADOKAWA)』など。



**倉田綾子先生** (東海中医学研究会)  
薬剤師、国際中医専門員。名古屋にて、漢方薬局に業態カフェを併設したお店を運営している。自身が47歳で出産を経験。現在2歳になる子どもの育児と仕事の両立に奮闘中。月刊ことぶきに「明日の元気のために」を連載中。



**山本里佳先生** (沖縄中医学研究会)  
薬剤師、国際中医専門員、国際中医薬膳管理師。沖縄県宮古島市出身。現在は豊見城市にて漢方薬局を運営している。企業とコラボした中医学講座などで、地域の方への中医学の普及にも取り組んでいる。人生の目標は、ココロもカラダも元気な沖縄の女性を増やすこと。