



天神ウイメンズカフェ

TENJIN WOMEN'S CAFE

テーマ

アクティブエイジング “医食同源”

～ Clinic Message ～

「歳を重ねても健康でイキイキと社会参加をして過ごしたい！」そんなアクティブエイジングを目指してみませんか？古くから、正しい『食』は健康を保つ上で必要不可欠であることから、“医食同源”：「医（薬）も食（食物）も源は同じ」とされてきました。今回は、当院院長より「女性の身体の変化に対応した漢方」についてのお話、続いて調理学の専門家より、「アクティブエイジングは台所から」をテーマに和食の魅力について、またレシピの紹介などをさせていただきます。皆さまのご参加をお待ち致しております。



第1部 女性の健康と漢方

講師 野崎 雅裕（野崎ウイメンズクリニック院長 / 医師）

女性医学の専門医として、九州大学病院や九州中央病院において、不妊治療、思春期から更年期のホルモン療法や漢方療法、月経痛や女性のこころとからだの悩みに関する医療に長年従事。

 NOZAKI women's clinic
野崎ウイメンズクリニック

810-0001 福岡県福岡市中央区天神 1-9-17 福岡天神フコク生命ビル 6F
T : 092-733-0002 M : info@nozakiwomens.com website : <http://www.nozakiwomens.com>



第2部 アクティブエイジングは台所から ～和食のススメ～

講師 松隈 美紀 先生

（中村学園大学 栄養科学部 フード・マネジメント学科 教授 / 学術博士、栄養士、調理師、フードスペシャリスト）

中村学園大学 栄養科学部 フード・マネジメント学科 教授・学術博士。

同大学にて、調理理論・調理学実習・フードスペシャリスト論 フードコーディネーター論を担当。

研究 テーマは「高齢者の食に関する研究、食文化に関する研究」。

著書『英語で楽しむ福岡の郷土料理』（松隈紀生教授、津田晶子准教授、トーマス・ケイトン講師との共著）（海鳥社）

2月
16日
土曜日

時間	14:00～16:00（受付開始 13:45）
会場	野崎ウイメンズクリニック 待合室（福岡市中央区天神 1-9-17 福岡天神フコク生命ビル 6F）
参加費	1,000 円
対象	女性
定員	15 名（先着順）
備考	ささやかなお土産が付きます

▶ イベント参加お申し込みは裏面へ